

**IMPLEMENTASI PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*)  
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI  
SE-KOTA YOGYAKARTA**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan



Oleh:  
Anis Marsiyah  
NIM. 14604221045

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2019**

## LEMBAR PERSETUJUAN

### LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**IMPLEMENTASI PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*)  
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAH RAGA DAN  
KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI  
SE-KOTA YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Anis Marsiyah  
NIM. 14604221045

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk  
dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang  
bersangkutan,

Yogyakarta, 27 Mei 2019

Mengetahui,  
Ketua Program Studi



Dr. Subagyo, M.Pd.  
NIP. 19561107 198203 1 003

Disetujui,  
Dosen Pembimbing,



Ahmad Rithaudin, M.Or.  
NIP. 19810125 200604 1 001

## HALAMAN PENGESAHAN

### HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**IMPLEMENTASI PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*)  
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAHA DAN  
KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI  
SE-KOTA YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Anis Marsiyah  
NIM. 14604221045

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
Pada tanggal 29 Mei 2019

#### TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ahmad Rithaudin, M.Or Ketua Penguji/Pembimbing		22-07-2019
Fathan Nurcahyo, M.Or Sekretaris Penguji		22-07-2019
Tri Ani Hastuti, M.Pd Penguji Utama		22-07-2019

Yogyakarta, 23 juli 2019  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,

  
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

## SURAT PERNYATAAN

### SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anis Marsiyah

NIM : 14604221045

Program Studi : PGSD Penjas

Judul Tas : Implementasi Peraturan (*Rules*) Dan Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri Se-Kota Yogyakarta.

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, 27 Mei 2019  
Yang menyatakan,



Anis Marsiyah  
NIM. 14604221045

## **MOTTO**

“Janganlah Kamu Bersikap Lemah Dan Janganlah Pula Kamu Bersedih Hati, Padahal Kamulah Orang-Orang Yang Paling Tinggi Derajatnya Jika Kamu Orang-Orang Yang Beriman”.

(Q.S Ali-Imran:139)

“Libatkan Allah Dalam Segala Urusan Kita Maka InsyaAllah Semua Aktivitas dan Masalah Akan Lancar”.

(Anis Marsiyah-2019)

## **PERSEMBAHAN**

Karya ini kupersembahkan untuk :

1. Kedua orang tuaku tercinta, Bapak Marsitu dan Ibu JumiyeM yang telah melahirkan, merawat, mendukung, dan selalu memberikan doa. Terimakasih untuk semua kasih sayang dan pengorbananmu yang mengiringi langkahku.
2. Ketiga saudara kandungku Abang Juli, Adik Febri dan Mareta yang telah memotivasi, memberikan doa, menghibur, dan selalu membantu terselesaikannya skripsi saya.

**IMPLEMENTASI PERATURAN (*RULES*) DAN RUTINITAS (*ROUTINES*)  
DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA  
DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI  
SE-KOTA YOGYAKARTA**

Oleh

Anis Marsiyah  
NIM. 14604221045

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei. Instrumen yang digunakan adalah angket dengan validitas 0,911 dan reliabilitas 0,958. Subjek dalam penelitian ini adalah guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta sebanyak 87 Guru. Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan rumus persentase.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani sebagian besar masuk dalam kategori sangat baik sebesar 80,46 %, kategori baik sebesar 13,79 %, kategori cukup sebesar 5,75 %, kategori kurang sebesar 0,0 %, dan kategori sangat kurang sebesar 0,0 %. Hasil tersebut dapat diartikan implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani berkategori sangat baik.

***Kata kunci: Implementasi, Peraturan (Rules), Rutinitas (Routines), Pembelajaran Pendidikan Jasmani***

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri Se-Kota Yogyakarta” dengan baik.

Penyusunan skripsi ini pasti mengalami kesulitan dan kendala. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh karena itu, pada kesempatan ini disampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Ahmad Rithaudin, M.Or., selaku Dosen Pembimbing serta Validator Instrumen TAS, yang telah banyak memberikan bimbingan selama penelitian berlangsung.
2. Fathan Nurcahyo, M.Or dan Tri Ani Hastuti, M.Pd, selaku Sekretaris Penguji dan Penguji yang telah memberikan koreksi terhadap TAS.
3. Bapak Dr. Guntur, M. Pd, dan Dr. Subagyo M. Pd, selaku Ketua Jurusan pendidikan Olahraga dan Ketua Program Studi PGSD Penjas beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.
4. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang memberikan persetujuan pelaksanaan TAS .



5. Kepala Sekolah Dasar Negeri di Kabupaten Kota Yogyakarta yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian TAS ini.
  6. Seluruh Guru Pendidikan Jasmani dan staf Sekolah Dasar Negeri di Kabupaten Kota Yogyakarta yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian TAS ini.
  7. Seluruh keluarga dan sahabat-sahabatku, yang selalu mendukung dan memberikan motivasi untuk menjadikan aku seseorang yang lebih baik lagi.
  8. Keluarga besar PGSD Penjas B 2014 kampus Wates, teman seperjuangan KKN dan PPL yang telah memberikan semangat, dorongan, nasehat, bantuan selama proses perkuliahan sampai penelitian TAS ini berjalan dengan lancar.
  9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan TAS ini.
- Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 27 Mei 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

## Halaman

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO .....	v
PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar belakang masalah .....	1
B. Identifikasi masalah .....	5
C. Batasan masalah .....	6
D. Rumusan masalah .....	6
E. Tujuan penelitian .....	7
F. Manfaat penelitian .....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
A. Kajian Teori .....	9
1. Pengelolaan kelas .....	9
2. Peraturan dan rutinitas ( <i>rules and routines</i> ) .....	11
a. Peraturan ( <i>rules</i> ) .....	13
b. Rutinitas atau prosedur ( <i>routines</i> ) .....	15
c. Konsekuensi .....	18
d. Menetapkan peraturan, rutinitas, dan konsekuensi .....	19
3. Peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran penjas .....	20
4. Karakteristik Guru PJOK Sekolah Dasar .....	22
5. Karakteristik Anak Sekolah Dasar .....	23
B. Penelitian Yang Relevan .....	24
C. Kerangka Berfikir .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>

A. Jenis penelitian .....	27
B. Tempat dan waktu penelitian .....	27
C. Populasi dan sampel penelitian .....	28
D. Definisi operasional variabel penelitian .....	29
E. Teknik dan instrumen pengumpulan data .....	29
F. Validitas dan reliabilitas instrumen .....	33
G. Teknik analisis data .....	40
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>42</b>
A. Hasil penelitian .....	42
B. Pembahasan .....	47
C. Keterbatasan hasil penelitian.....	50
<b>BAB V KESIMPULAN .....</b>	<b>51</b>
A. Kesimpulan .....	51
B. Implikasi hasil penelitian .....	51
C. Saran .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>53</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>55</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Sampel penelitian .....	28
Tabel 2. Kisi-kisi instrumen uji coba peneitian .....	32
Tabel 3. Skoring Skala Guttman .....	33
Tabel 4. Analisis Data Validitas .....	36
Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas .....	38
Tabel 6. Kisi-kisi instrumen peneitian .....	38
Tabel 7. Norma pengkategorian .....	40
Tabel 8. Deskripsi Hasil Penelitian Implementasi Peraturan ( <i>Rules</i> ) dan Rutinitas ( <i>Routines</i> ) Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kota Yogyakarta .....	42
Tabel 9. Hasil Penelitian Implementasi Peraturan ( <i>Rules</i> ) Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kota Yogyakarta .....	44
Tabel 10. Hasil Penelitian Implementasi Rutinitas ( <i>Routines</i> ) Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kota Yogyakarta .....	46

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Diagram Hasil Penelitian Implementasi Peraturan ( <i>Rules</i> ) dan Rutinitas ( <i>Routines</i> ) Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kota Yogyakarta .....	43
Gambar 2. Diagram Hasil Penelitian Implementasi Peraturan ( <i>Rules</i> ) Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kota Yogyakarta .....	45
Gambar 3. Diagram Hasil Penelitian Implementasi Peraturan ( <i>Rules</i> ) Dalam Pembelajaran PJOK di SD Negeri Se-Kota Yogyakarta .....	46

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Data Survei Terbatas Guru Pendidikan Jasmani Di DIY .....	56
Lampiran 2. Surat Permohonan Expert Jugement .....	58
Lampiran 3. Surat Pernyataan Validasi .....	59
Lampiran 4 Surat Izin Uji Coba Penelitian dari Fakultas .....	60
Lampiran 5. Angket Uji Coba Penelitian .....	61
Lampiran 6. Data Hasil Uji Coba Penelitian .....	65
Lampiran 7. Data Uji Validitas dan Reliabilitas .....	66
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian Fakultas .....	68
Lampiran 9. Surat Keterangan Penelitian dari SD Negeri .....	69
Lampiran 10. Instrumen Penelitian .....	77
Lampiran 11. Data Hasil Penelitian .....	81
Lampiran 12. Data Tiap Faktor .....	84
Lampiran 13. Deskriptif Statistika .....	89
Lampiran 14. Dokumentasi Uji Coba dan Penelitian .....	92

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (PJOK) merupakan satu mata ajar yang diberikan di suatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Depdiknas, 2006:131).

Dalam Undang-Undang No. 20, Tahun 2003. Pasal 3 menyebutkan, Pendidikan nasional bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan YME, berakhlak mulia, sehat, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga demokratis serta tanggung jawab. Terwujudnya tujuan pendidikan nasional dapat diraih dengan cara menyamakan persepsi seluruh rakyat Indonesia dengan melakukan penyesuaian menurut latar belakang budayanya masing-masing. melakukan pendekatan secara halus dan menghormati kearifan lokal untuk mencapai tujuan bersama. Tercapainya tujuan pendidikan nasional dapat memberikan manfaat bagi manusia itu sendiri dan orang lain, karena semua akan kembali pada nilai luhur pribadinya sebagai manusia. Herimanto & Winarno (2010:32) menyatakan memanusiakan manusia berarti perilaku untuk senantiasa menghargai dan menghormati harkat dan derajat manusia yang lainnya. Menurut Dixie (2007:7) peraturan kelas merupakan pembinaan kedisiplinan peserta didik yang pertama. Jika peserta didik mulai terbiasa disiplin dikelas, maka diluar kelas seperti lingkungan sekolah, di lapangan, juga terbiasa dengan perilaku disiplin. Sedangkan menurut Brophy & Good 1986, Fink &

Seidentop, 1998) Guru yang efektif yaitu guru yang menunjukkan bahwa fokus utama pendidikan selama awal tahun ajaran baru membuat rutinitas dan aturan. Tujuan dari pembentukan peraturan dan rutinitas yaitu menciptakan suasana belajar yang efektif dan tujuan pembelajaran tercapai. Dengan tertibnya kelas, maka proses belajar pun lebih terarah dan tidak banyak waktu terbuang. Ketika siswa membuat keributan guru berhak menindak sesuai konsekuensi dalam peraturan. Ini bertujuan agar siswa yang lain tidak ikut-ikutan membuat kegaduhan di kelas maupun di lapangan saat proses pembelajaran berlangsung. Salah satu tujuan pencapaian dari pendidikan yang efektif yaitu ada dalam mata pelajaran PJOK. Pada awal tahun ajaran baru maka peraturan dan rutinitas perlu diterapkan oleh guru.

Saat proses pembelajaran, guru dimungkinkan membuat peraturan-peraturan agar pembelajaran berjalan dengan lancar. Peraturan dalam pendidikan jasmani bisa saja dimulai dari siswa datang ke kelas, dilanjutkan siswa ganti pakaian, sampai dengan siswa meninggalkan kelas. Oleh karena itu, seorang guru penjas harus bisa mengatur kelas sedemikian rupa sehingga tidak terjadi permasalahan yang bisa mengganggu jalannya proses pembelajaran. Berdasarkan hasil observasi di SD Negeri Bagian Barat permasalahan yang terjadi dalam pembelajaran penjas berkaitan dengan masalah perilaku siswa, diantaranya (1) siswa terlambat datang saat kelas penjas (2) siswa tidak membawa pakaian olahraga (3) siswa berteduh saat pembelajaran berlangsung (4) siswa pergi meninggalkan kelas penjas saat pembelajaran belum selesai. Upaya mendisiplinkan kelas, guru harus selalu mempunyai kesadaran akan apa yang terjadi didalam kelas, selalu mempunyai



perhatian kepada keseluruhan siswa, dan selalu mencermati dan mewaspadai terhadap perilaku yang menyimpang.

Masalah lain yang dihadapi guru selain perilaku siswa adalah pengelolaan kelas, hal ini bisa terjadi pada guru pemula ataupun guru yang sudah berpengalaman. Tantangan sebagai seorang guru pendidikan jasmani adalah menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kelancaran pelaksanaan proses belajar mengajar sehingga siswa dapat mencapai tujuan pembelajarannya. Keberhasilan dalam proses belajar mengajar adalah berawal dari manajemen kelas yang baik. Penanganan awal dalam manajemen kelas mengacu pada tindakan proaktif, bukan reaktif sehingga penerapan peraturan dan rutinitas harus mendapatkan perhatian oleh guru pendidikan jasmani.

Dari beberapa kajian tentang pentingnya penerapan peraturan dan rutinitas kemudian dilanjutkan dengan studi pendahuluan. Berdasarkan pada hasil observasi terhadap 10 guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta bagian Timur mengenai penerapan peraturan dan rutinitas, diketahui bahwa 8 sekolah tersebut sudah memiliki peraturan sekolah. Namun peraturan itu disampaikan oleh guru secara lisan yang kemudian menjadi suatu rutinitas baik untuk guru maupun peserta didik. Sekolah Dasar Negeri di Kota Yogyakarta sudah memiliki peraturan tertulis, beberapa diantaranya yaitu:

1. Siswa hadir di Sekolah tepat waktu.
2. Piket kelas hadir lebih awal
3. Siswa wajib berpakaian seragam sesuai ketentuan di sekolah
4. Siswa bersikap sopan santun dan saling menghargai

5. Siswa dilarang membawa senjata tajam kecuali peralatan dibutuhkan dalam pembelajaran.

Sedangkan peraturan tidak tertulis diantaranya yaitu:

1. Siswa mengambil dan mengembalikan peralatan olahraga saat pembelajaran
2. Siswa berteduh sebelum di izinkan sebelum pembelajaran selesai
3. Siswa tidak diperbolehkan makan dan minum saat pembelajaran dilapangan
4. Siswa tidak diperbolehkan meninggalkan lapangan sebelum pembelajaran selesai
5. Saat guru penjas tidak hadir siswa tetap belajar dan beraktifitas di kelas atau dilapangan sesuai waktu pelajaran.

Selain peraturan juga terdapat rutinitas yang dilakukan oleh guru pendidikan jasmani. Contoh rutinitas yang dilakukan dalam pendidikan jasmani yaitu: (1) Berdoa sebelum dan sesudah pembelajaran baik dikelas ataupun dilapangan. (2) melakukan pemanasan,(3) Guru memberi arahan dan siswa memperhatikan apa yang disampaikan,(4) Guru Mengumpulkan siswa di tempat yang ditentukan, (5) Membubarkan siswa dari pelaksanaan pembelajaran, (6)Presensi kehadiran siswa, dan lain sebagainya.

Berdasarkan latar belakang diatas, untuk lebih memperkuat peneliti kemudian memperoleh hasil survei dari penelitian dosen FIK UNY oleh Bapak Abdul Mahfudin Alim, M.Pd. Survei terbatas yang dilakukan kepada guru pendidikan jasmani sekolah dasar se-DIY sebagai studi pendahuluan untuk pengumpulan data penguat. Survei terbatas ini dilakukan melalui online survei. Kuisisioner tersebut berisi 16 pertanyaan/pernyataan dan jumlah responden yaitu 22 orang secara acak.

Secara umum, hasil survei terbatas yang dilakukan melalui *online* survei menunjukkan bahwa setiap sekolah: (1) mempunyai peraturan dan prosedur sekolah (*school policy*) (2) Sekolah mempunyai rutinitas/prosedur dan peraturan khusus untuk siswa (3) sekolah menyediakan panduan tertulis mengenai peraturan dan rutinitas/prosedur siswa dan dijelaskan secara lisan, akan tetapi tidak semua sekolah dan guru pendidikan jasmani memiliki peraturan untuk kelas pendidikan jasmani secara tertulis.

Berdasarkan pada permasalahan tersebut, maka dalam penelitian ini akan mencoba mengetahui lebih jelas mengenai implementasi peraturan dan prosedur sekolah dan khususnya peraturan dalam pendidikan jasmani di tingkat SD Negeri se-Kota Yogyakarta. Hal ini diperkuat dengan belum adanya penelitian tentang implementasi peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar. Oleh karena itu peneliti mengangkat judul penelitian “Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri Se-Kota Yogyakarta”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang, permasalahan dalam penelitian ini yaitu:

1. Perilaku siswa yang masih kurang baik menjadi permasalahan dalam setiap pembelajaran di beberapa Sekolah Dasar Negeri Yogyakarta.
2. Penerapan tentang peraturan dan rutinitas dalam kelas pendidikan jasmani masih kurang mendapat perhatian di beberapa Sekolah Dasar Negeri Yogyakarta..

3. Penerapan peraturan rutinitas atau prosedur di kelas pendidikan jasmani hanya berupa peraturan yang bersifat lisan di beberapa Sekolah Dasar Negeri Yogyakarta.
4. Belum diketahuinya implementasi penerapan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta.

#### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, peneliti membatasi permasalahan yang akan dibahas pada penelitian ini yaitu pada implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat ditarik suatu rumusan masalah sebagai berikut,” Seberapa baik implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta?”.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang diuraikan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta”.

## **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat menjadi salah satu bahan kajian ilmiah bagi para guru maupun masyarakat yang akan mendalami tentang masalah implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*rountines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
- b. Menambah wawasan di dunia pendidikan pada khususnya kepada anak dan masyarakat pada umumnya tentang Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani pada siswa sekolah dasar.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Setelah diketahui Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan yang ada di sekolah, maka setiap guru bisa menerapkan Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan.
- b. Sebagai pegangan guru dalam melaksanakan materi pembelajaran penjasorkes berdasarkan Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani yang telah dibuat.
- c. Sebagai pengetahuan bagi masyarakat tentang Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar.



## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Kajian Teori**

##### **1. Pengelolaan Kelas**

Pengelolaan Kelas adalah usaha yang dilakukan guru untuk membantu menciptakan kondisi belajar yang optimal. Pengertian lain dikemukakan: manajemen kelas adalah proses seleksi tindakan yang dilalukan guru dalam fungsinya sebagai penanggung jawab kelas dan seleksi penggunaan alat-alat belajar yang tepat sesuai masalah yang ada dan karakteristik kelas yang dihadapi (Arikunto, 1986: 143). Sedangkan manajemen kelas merupakan rangkaian usaha dalam kelompok atau tim yang didasari oleh kerjasama antar anggota yang terlibat untuk tujuan tertentu (Karwati & Priansa, 2015:5). Seringkali ditemui kondisi dimana fungsional kerjasama tim tidak dapat bekerja dengan baik dikarenakan adanya permasalahan dari satu atau dua orang siswa ataupun anggota kelompok di dalamnya. Hal ini menjadi salah satu tantangan tersendiri bagi seorang guru, untuk dapat menciptakan kondisi yang kondusif sehingga proses kerjasama dalam suatu kelompok tersebut dapat berjalan dengan baik. Selain dapat menciptakan kondisi yang kondusif, peran guru juga diperlukan untuk dapat mempertahankan kerjasama yang sudah terjalin dalam penerapannya di setiap aktivitas dan kegiatan siswa yang berhubungan dengan kerja kelompok. Tantangan bagi guru atau tenaga pendidik di bidang pendidikan jasmani saat ini lebih mengarah kepada aktivitas jasmani yang multidimensional, termasuk lokasi pengajaran yang banyak berada di luar ruangan dengan beraneka ragam aktivitas. Metode pembelajaran seperti ini membutuhkan kerjasama yang baik dengan siswa, dimana untuk dapat mewujudkannya maka guru

harus mampu merencanakan, berbagai kegiatan pembelajaran yang menarik, mempersiapkan materi, membuat tuntunan perilaku dan akademik yang tepat bagi siswa, memberikan isyarat – isyarat yang jelas, melakukan transisi dengan lancar, dan masih banyak lagi. Oleh karena itu, seorang guru harus mampu memahami pengelolaan kelas yang baik.

Pengelolaan kelas pada umumnya bertujuan untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi dalam pencapaian tujuan pembelajaran (Karwati & Priansa, 2015: 28). Tujuan dari manajemen kelas adalah untuk memelihara lingkungan belajar yang positif dan produktif Anita Woolfolk (2007:298). Pengelolaan kelas merupakan masalah tingkah laku yang kompleks, dan guru harus mampu menggunakannya untuk menciptakan dan mempertahankan kondisi kelas sedemikian rupa, sehingga peserta didik dapat mencapai tujuan pembelajaran secara efektif dan efisien. Hal ini diharapkan dapat memungkinkan peserta didik belajar dengan baik.

Penelitian telah menunjukkan bahwa tingkat kesuksesan guru yang pertama adalah mampu menjadi manajer yang baik. Guru yang efektif menggunakan peraturan dan prosedur atau rutinitas instruksional (rutinitas pembelajaran) untuk mengatur perilaku siswa dan memfasilitasi belajar mereka. Tingkat keberhasilan dalam proses mengajar dapat dicapai dengan menciptakan lingkungan yang kondusif untuk belajar. Dengan demikian, sebagai guru pendidikan jasmani metode sistem manajerial yang efektif merupakan persyaratan yang diperlukan untuk pembelajaran yang optimal. Dengan kata lain, prosedur instruksional dan manajerial adalah persyaratan untuk terciptanya pembelajaran yang efektif dan efisien.



Banyak studi telah menemukan bahwa tidak semua waktu yang dialokasikan untuk kegiatan akademik sebenarnya dihabiskan dalam kegiatan tersebut. Waktu keterlibatan tergantung pada kemampuan guru untuk mengatur dan mengelola kelas sebagai lingkungan belajar yang efektif dan efisien di mana tugas-tugas atau kegiatan belajar dapat berlangsung dengan lancar, memiliki transisi yang singkat dan teratur, serta hanya membutuhkan sedikit waktu yang diperlukan karena adanya gangguan yang berkaitan dengan perilaku siswa. Proses pembelajaran tanpa peraturan dan prosedur yang efisien, akan menyebabkan banyak waktu yang diperlukan hanya untuk mengoreksi kesalahan yang disebabkan oleh siswa. Guru menciptakan suasana positif dengan mengelola dan mengatur lingkungan belajar untuk memperoleh perasaan aman dan nyaman bagi semua siswa.

Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pengelolaan kelas atau manajemen kelas adalah teknik yang digunakan seorang guru untuk memelihara lingkungan belajar yang relatif terbebas dari berbagai masalah perilaku. Sebuah sistem manajerial yang berkaitan dengan manajemen kelas dalam pembelajaran yang efektif berawal dari peraturan dan rutinitas atau prosedur yang diterapkan.

## **2. Peraturan dan Rutinitas (*Rules and Routines*)**

Sebuah sistem manajerial yang sukses dimulai dengan pengembangan dan pembentukan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) di kelas. Menurut Brophy & Good 1986, Fink & Seidentop, 1998) Guru yang efektif yaitu guru yang menunjukkan bahwa fokus utama pendidikan selama awal tahun ajaran baru membuat rutinitas dan aturan. Dalam perencanaan peraturan dan rutinitas guru harus mempertimbangkan kebutuhan siswa dan lingkungan fisik kelas. Beberapa

literatur menyatakan bahwa sangat penting bagi guru untuk menciptakan lingkungan pembelajaran yang tepat dihari pertama pada awal tahun ajaran baru. Kenapa harus diawal, karena apabila ditengah semester ada hal-hal yang berkaitan dengan perilaku yang tidak tepat sedangkan seorang guru lupa atau bahkan tidak memiliki peraturan yang jelas maka sebagai seorang guru akan kesulitan mengendalikannya. Sedangkan apabila pembentukan peraturan dan rutinitas dari awal maka semuanya akan berjalan dengan baik. Oleh karena itu dalam hal ini di sarankan bahwa guru perlu secara eksplisit mengajarkan dan menerapkan tentang peraturan dan rutinitas dan terus-menerus memantau peraturan dan menjadi rutinitas setelah diterapkan.

Peraturan merujuk harapan umum untuk perilaku dalam peraturan yang spesifik. Kita mengidentifikasi perilaku yang tepat dan tidak pantas dan situasi dalam perilaku tertentu dapat diterima atau tidak dapat diterima. Dalam KBBI Rutinitas adalah prosedur yang ada di kelas untuk diikuti dalam kegiatan sehari-hari. Secara khusus, rutinitas mengacu pada prosedur khusus untuk melakukan tugas-tugas dalam kelas. Guru harus membuat dan menetapkan rutinitas dengan yang terus sebagai tugas sehingga lebih banyak waktu dapat didedikasikan untuk bagian yang substansial dari pelajaran. Apabila kita tidak memiliki peraturan dan rutinitas maka waktu akan terbuang karena waktu hanya untuk meningkatkan siswa yang berkaitan dengan sikap (*behavior*).

**a. Peraturan (Rules)**

Peraturan adalah identifikasi dan ekspektasi umum dan perilaku yang mencakup berbagai situasi (Dixie 2007:8). Peraturan dapat dikembangkan

dengan mendefinisikan perilaku yang tidak dapat diterima “siswa akan diam ketika berbicara, setelah guru berbicara memberikan instruksi”. Peraturan membantu anak-anak belajar perilaku yang diperlukan untuk bekerja sama dengan orang lain. Peraturan akan membuat anak-anak belajar disiplin. Peraturan dipelajari melalui peraturan tertulis dan contoh secara terus-menerus sehingga mendapatkan tanggapan yang tepat dan pantas untuk sebuah peraturan. Supaya peraturan menjadi lebih efektif, peraturan harus jelas dan diberlakukan secara adil dan konsisten. Rink (2010:80), menunjukkan bahwa guru dapat mengikuti panduan berikut ini dalam mempersiapkan peraturan:

- 1) *Rules should be develop cooperatively with students when possible* (peraturan harus dikembangkan secara kooperatif dengan siswa bila memungkinkan).
- 2) *Rule should be communicated in language that is age appropriate* (peraturan harus dikomunikasikan dalam bahasa yang sesuai dengan usia).
- 3) *Rules should be few (four to seven) so student will remember them* (peraturan haruslah sedikit (4-7) sehingga siswa akan mengingatnya).
- 4) *state rules positively and provide both positive and negative example* (dimulai dengan peraturan secara positif dan memberi contoh dari keduanya baik positif dan negatif).
- 5) *Rules must be consistent with school rules* (peraturan harus konsisten dengan peraturan sekolah ).
- 6) *Develop the consequences and clearly identify their relationship to rules violations* (mengembangkan konsekuensinya dan secara jelas mengidentifikasi hubungan mereka dengan pelanggaran peraturan ).
- 7) *Reinforce the rules consistently and fairly* (Memperkuat peraturan secara konsisten dan adil).
- 8) *Make sure that the student understand the rules* (Pastikan siswa memahami peraturan).

Menurut Siedentop dan Tannehil (2000: 60) menyarankan bahwa peraturan untuk pendidikan jasmani harus mencakup perilaku dalam kategori berikut:

- 1) Keselamatan.
- 2) Menghormati orang lain.

- 3) Menghormati lingkungan pembelajaran.
- 4) Mendukung pembelajaran lainnya.
- 5) Usaha Keras.

Dari teori di atas dapat kita ketahui peraturan yang mendukung agar pembelajaran di sekolah berjalan dengan baik. Lebih khususnya yaitu pada pembelajaran pendidikan jasmani yang seharusnya menjalankan peraturan. Kelas pendidikan jasmani mungkin akan lebih banyak peraturan yang ditetapkan dibanding peraturan kelas reguler. Selain itu, konteks pendidikan jasmani yang untuk memerlukan peraturan tambahan untuk menjadikan pembelajaran bermakna dan positif. Menurut Rink (2006:1143) dalam (Evridiki, et al. 2010:86). Peraturan berikutnya umumnya sebagai dasar untuk menjadikan lingkungan yang positif dan aman dalam pendidikan jasmani:

- 1) Bila orang lain berbicara, kita mencoba untuk tidak berbicara.
- 2) Kami mendukung usaha teman sekelas.
- 3) Kita menghormati hak orang lain.
- 4) Kami menjaga peralatan.
- 5) Kami mencoba sebaik mungkin.

Prinsip-prinsip penting dalam membuat peraturan kelas diantaranya:

1. Peraturan hendaknya ditulis dengan kalimat yang positif. Contoh, "semua orang harus saling menghargai" kalimat tersebut lebih baik daripada "dilarang mengganggu orang lain!".
2. Peraturan sebaiknya sedikit saja. "tidak boleh ini", "tidak boleh itu" "peraturan yang terlalu bertele-tele dan terlalu banyak akan memenjarakan siswa.

3. Peraturan harus memuat konsekuensi dan sanksi.
4. Peraturan tanpa adanya sanksi akan membuat siswa dan guru tidak mematuhi. Hukumnya bagi siswa yang melanggar peraturan tidak boleh hukuman fisik dan psikologis. Sanksi haruslah yang mendidik siswa dan membuat efek jera.

Sebagai contoh jika siswa terlambat masuk kelas 10 menit diluar waktu toleransi. Maka siswa dipotong waktu istirahatnya selama 10 menit untuk mencatat atau belajar pelajaran yang hilang selama ia terlambat. Selama memberikan hukuman, guru tidak boleh berkesan menghakimi. Guru tetap memotivasi siswa untuk berubah. Guru juga harus konsisten menjalankan peraturan kelas, agar siswa tidak main-main menjalankan peraturan dan tujuan menegakan peraturan kelas ini terwujud.

***b. Rutinitas atau Prosedur***

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Rutinitas adalah kegiatan yang rutin (selalu) kita lakukan setiap hari. Menurut Rink (2006:1140) Rutinitas adalah prosedur kegiatan yang dilakukan didalam maupun diluar kelas, perilaku yang cenderung diulangi, terstruktur, kecuali berpotensi dapat mengganggu proses pembelajaran. Rutinitas sering disebut prosedur, mendeskripsikan bagaimana berbagai kegiatan dilaksanakan dikelas, prosedur adalah cara untuk menyelesaikan berbagai hal dikelas. Seperti disebutkan, rutinitas yaitu prosedur untuk menyelesaikan tugas atau tugas-tugas khusus dalam kelas “rutinitas berbeda dengan peraturan. Dalam hal ini rutinitas atau prosedur biasanya mengacu pada kegiatan-kegiatan khusus dan mereka biasanya ditunjukkan untuk menyelesaikan tugas-

tugas dari pada melarang perilaku” Graham, et al (2001:211). Rutinitas juga harus diajarkan pada awal tahun. Siswa akan membutuhkan lebih banyak praktek rutinitas dan penguatan yang konstan. Literatur menunjukkan bahwa faktor yang paling penting yang mempengaruhi pembentukan rutinitas di kelas adalah tingkat dimana guru secara konsisten memperkuat rutinitas. Penelitian juga menunjukkan bahwa rutinitas perlu diajarkan secara khusus sebagai salah satu konten mengajar. Pengajaran rutinitas berarti bahwa guru harus menggunakan penjelasan, demonstrasi, praktek dengan umpan balik, dan semua elemen lain yang berhubungan dengan pembelajaran. Dengan kata lain, kunci untuk mengajar rutinitas secara efektif tidak berbeda dengan kunci untuk mengajarkan keterampilan olahraga (Siedentop & Tannehil, 2000:78).

Siedentop & Tannehil (2000:78) memberikan strategi mengajar berikut ini dalam menentukan rutinitas:

- 1) Menjelaskan dan menunjukkan, menjelaskan prosedur dalam bahasa yang usia tertentu, dan menunjukkan siswa yang terlihat.
- 2) Tampilkan dengan contoh, menunjukkan cara yang salah untuk melakukan sesuatu selain menunjukkan dengan cara yang benar.
- 3) Berlatih, memberikan kesempatan untuk berlatih rutinitas atau prosedur.
- 4) Mengharapkan kesempurnaan, arahkan reward. Anda harus mengharapkan kesempurnaan dan dukungan anak-anak karena mereka secara bertahap menjadi lebih baik dan lebih baik.
- 5) Gunakan model yang positif, ketika siswa atau kelompok berhasil melakukan prosedur, tunjukkan keseluruhan kelas.

- 6) Memberikan umpan balik, memperkuat keberhasilan dan peningkatan dan memberikan umpan balik perilaku khusus daripada umpan balik umum.
- 7) Gunakan kegiatan untuk berlatih rutinitas, gunakan beberapa kegiatan yang memungkinkan anak-anak untuk berlatih rutinitas tertentu.
- 8) Periksa pemahaman anak-anak. Minta mereka untuk menjelaskan prosedur dan mengapa ini penting untuk melakukannya dengan benar.

Jadi rutinitas harus diajarkan untuk semua aspek prosedural dari pelajaran. Misalnya, anak harus tahu apa yang harus dilakukan ketika guru memberikan sinyal untuk perhatian atau bagaimana kembali ke kelas. literatur menunjukkan bahwa guru yang sukses harus menetapkan rutinitas untuk kegiatan yang umumnya terjadi pada pelajaran pendidikan jasmani. Siedentop dan Tannehill dalam Zachopoulou (2009:60) menunjukkan bahwa untuk menjalankan pembelajaran yang lancar dan efisien, rutinitas harus ditetapkan untuk peristiwa berikut:

- a. *Entering the gymnasium* (Memasuki gymnasium)
- b. *Getting Equipment* (Mengumpulkan peralatan)
- c. *Gathering* (Berkumpul)
- d. *Gaining attention* (Mendapatkan perhatian)
- e. *Choosing partners* (Memilih teman)
- f. *Getting water* (Mendapatkan air minum)
- g. *Establishing boundaries* (Mengenali batas)
- h. *Finishing* (Penyelesaian)
- i. *Leaving* (Meninggalkan gymnasium)

Anak-anak perlu mengetahui prosedur yang tepat untuk menangani peristiwa kelas ini. Ketika guru telah menetapkan rutinitas untuk dalam pembelajaran penjas, siswa tahu apa perilaku yang diharapkan adalah dan lebih mungkin untuk berperilaku tepat Rink( 2006 :65).

**c. *Konsekuensi***

Setelah menentukan tentang peraturan dan rutinitas atau prosedur sebagai seorang guru anda harus memikirkan apa yang akan dilakukan bila siswa melanggar peraturan dan tidak mengikuti prosedur. Menurut, (Elias and Schawab, 2006 yang dikutip dalam Anita, 2007:35) Anda dapat menggunakan konsekuensi alamiah atau logis untuk mendukung perkembangan sosial atau emosional dengan melakukan hal-hal berikut:

- 1) Respon anda seharusnya memisahkan perbuatan dengan pelakunya, yang bermaalah adalah perilakunya, bukan siswanya.
- 2) Tekankan kepada siswa bahwa mereka memiliki kekuatan untuk memilih tindakan dan dengan demikian menghindari kehilangan kontrol.
- 3) Dorong refleksi, evaluasi diri, problem solving (pemecahan masalah), hindari ceramah oleh guru).
- 4) Bantu siswa mengidentifikasi dan meberikan alasan untuk apa yang mestinya dapat mereka lakukan dengan cara yang berbeda lain kali untuk situasi serupa.

Poin utama adalah semuanya dijelaskan secara jelas diawal berkaitan dengan penalti (dan *reward*), jadi siswa tahu sebelum mereka melanggar atau melakukan prosedur yang salah. Konsekuensi yang diberikan bisa dibuat dengan tahapan dari peringatan (*warning*) pertama smapi pemberian *lunch time detention*, *afterschool* maupun *Saturday detention*. Semua peraturan secara jelas (*clear*) di awal tahun pelajaran sehingga siswa akan mengetahui konsekuensinya.

**d. *Menetapkan Peraturan, Rutinitas dan Konsekuensi***

Dalam menetapkan peraturan dan konsekuensi digunakan untuk membantu siswa untuk belajar memanagemen diri sendiri (*self-managing*), ” Mengajari anak bahwa sesuatu salah karena ada peraturan tentang itu tidak sama dengan mengajari mereka bahwa ada peraturan tentang karena itu salah, dan membantu mereka untuk



mengerti alasannya” (Weinstein, 1999 dalam Anita, 2007:135). Jadi ketika peraturan tentang siswa tidak membawa seragam olahraga dijelaskan bagaimana keuntungan dan kerugiannya. Contoh lainnya, ketika peraturan untuk menggunakan sepatu olahraga, tidak berlari di area kolam renang, atau tidak menggunakan perhiasan, seorang guru penjas dapat menjelaskan peraturan tersebut dari faktor keselamatan (*safety*).

Dengan begitu siswa akan paham bahwa peraturan dan rutinitas atau prosedur dibuat supaya setiap siswa dapat belajar bersama-sama tanpa ada hambatan yang berarti. Dalam menetapkan peraturan disusun oleh guru penjas diketahui oleh pihak sekolah dan dijelaskan untuk disetujui oleh semua siswa di awal pertemuan atau awal tahun ajaran baru.

Dalam membuat peraturan dan rutinitas harus sesuai dengan peraturan sekolah. Misalnya apabila sekolah menerapkan *after school detention* atau *Saturday detention* kita biasa menggunakan peraturan tersebut untuk memberikan sanksi. Dalam memberi konsekuensi di komunikasikan dengan orang tua melalui student handbook atau melalui surat sehingga orangtua juga mengetahuinya. Setelah peraturan dan rutinitas dijelaskan dengan jelas dan dilaksanakan dengan konsisten maka lingkungan yang disiplin akan mengikutinya. Pengalaman penulis mengajar di sekolah dimana siswa akan dijelaskan mengenai peraturan sekolah (*school policy*) di setiap awal tahun ajaran baru. Selain peraturan sekolah, di dalam kelas pendidikan jasmani juga mempunyai peraturan khusus. Pada waktu awal pertemuan tahun ajaran baru kita sebagai guru selalu memberikan pengarahan awal. Pada pertemuan pertama tersebut kesempatan kita untuk perkenalan dan pembagian kelas serta

menjelaskan peraturan selama pelajaran pendidikan jasmani (*physical education*). Peraturan tersebut juga kita bagikan secara tertulis dan dapat diakses di portal sekolah. Setelah mengenai peraturan di kelas, kita juga membuat persetujuan (*agreement*) mengenai peraturan dan rutinitas mengenai kedatangan, pemberian waktu untuk ganti baju dan kapan harus meninggalkan kelas pendidikan jasmani.

### **3 Peraturan dan Rutinitas dalam Pembelajaran Penjas**

Pembelajaran merupakan usaha sadar guru untuk membantu siswa atau anak didik agar mereka dapat belajar sesuai dengan kebutuhan dan minatnya menurut Purwanto yang dikutip oleh Wibisono (2007: 24). Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pembelajaran adalah proses interaksi antara guru dan siswa yang memiliki tujuan dimana guru menjadi fasilitator untuk membantu peserta didiknya dalam belajar sesuai kebutuhan.

Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui penyediaan pengalaman belajar kepada siswa berupa aktifitas jasmani, bermain dan berolahraga yang direncanakan secara sistematis guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, keterampilan motorik, keterampilan berfikir, emosional, sosial dan moral (Depdiknas, 2007:1). Dari pengertian diatas kita dapat menyimpulkan bahwa pembelajaran penjas merupakan suatu proses interaksi antara pendidik dan peserta didik yang memiliki tujuan tertentu dalam belajar yang menyangkut aktivitas jasmani.

Tercapainya sasaran pembelajaran pendidikan jasmani merupakan tanggung jawab yang sangat besar bagi seorang guru pendidikan jasmani terutama untuk menentukan keberhasilan pendidikan karakter yang diterapkan oleh sekolah. Tentu

saja hal tersebut dipengaruhi oleh sikap guru, tingkat pendidikan guru, hubungan antara guru dan peserta didik, serta kreativitas guru dalam pembelajaran. Supaya tujuan itu tercapai maka guru pendidikan jasmani harus mengembangkan peraturan yang telah di buat oleh sekolah untuk menghindari terjadinya suatu pelanggaran siswa dalam melakukan pelanggaran didalam proses pembelajaran di dalam kelas maupun di luar kelas. Dengan adanya peraturan secara tidak langsung guru dapat mengembangkan nilai-nilai karakter dalam diri siswa, sehingga siswa kedepannya memiliki sikap dan tingkah laku yang baik. Maka dari itu guru diharapkan menegakkan sekumpulan peraturan dan rutinitas sekolah.

Peraturan dan rutinitas tentu berbeda tetapi pada umumnya sama-sama menjelaskan tentang perilaku dari berbagai situasi. Peraturan harus singkat padat dan jelas, sehingga mudah di ingat oleh siswa. Dalam pendidikan jasmani peraturan dibuat sesuai dengan aturan sekolah kemudian harus konsisten dan konsekuensi. Sedangkan rutinitas disampaikan kepada siswa harus jelas dengan berbagai penjabaran. Guru memiliki peran penting dalam mengajarkan suatu rutinitas sampai siswa memahami isi dari rutinitas tersebut. Suatu rutinitas harus diberikan contoh yang konkret dan memiliki umpan balik yang spesifik. Contoh rutinitas yaitu guru mengajarkan berdoa sebelum pembelajaran dan dilakukan berulang-ulang, guru menjelaskan cara menggunakan alat sehingga siswa akan memahaminya dan konsisten kedepannya.

Peraturan dan rutinitas sekolah biasanya diwujudkan dalam sebuah tata tertib pelaksanaan yang merinci perilaku siswa yang diharapkan dan dilarang, dan juga akan lebih mudah dalam mengkondisikan situasi pembelajaran siswa. Sehingga visi

misal maupun tujuan yang diharapkan akan terwujud dengan baik. Maka dari itu pentingnya dalam sekolah memiliki peraturan dan rutinitas dalam suatu kegiatan pembelajaran.

#### **4 Karakteristik Guru PJOK Sekolah Dasar**

Kompetensi guru memang sangat berperan penting. Teladan mereka sangat diharapkan karena sebagian waktu siswa digunakan disekolah. Dalam peraturan pemerintah nomor 19 tahun 2005, disebutkan tentang empat kompetensi yang diharapkan dimiliki oleh guru, yaitu kompetensi pedagogik, kepribadian, profesional, dan sosial. Karakteristik guru ini masuk dalam kompetensi pedagogik yang meliputi fisik, sosial budaya, emosi, dan intelektual. Menurut Biber & Snyder (1948) Guru adalah seseorang yang memiliki kenyamanan dalam dirinya sehingga ia dapat menerapkan apa yang menjadi prinsipnya. Seorang guru bukan hanya sekedar memberi instruksi, dia harus membimbing siswa secara intensif. Pada kode etik guru dengan jelas dituliskan bahwa guru berbakti membimbing peserta didik untuk manusia Indonesia seutuhnya yang jiwa Pancasila. Karakteristik yang harus dimiliki guru diantaranya:

1. Guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk berperan serta dalam berbagai kegiatan, tidak bersifat otoriter.
2. Saling berkerjasama antara guru dan siswa dan didalamnya dilandasi dengan sifat kekeluargaan yang erat.
3. Sabar dalam menghadapi siswa dan mampu menahan diri.
4. Guru harus adil kepada siswa tidak boleh membedakan dalam segala hal.

5. Guru harus konsisten dalam bertindak dan sesuai dengan ucapannya.

## **5 Karakteristik Anak Sekolah Dasar**

Menurut Yusuf (2006), secara umum anak pada usia SD (6-12 tahun) sudah dapat mereaksi rangsang dan intelektual, atau melaksanakan tugas-tugas belajar yang menuntut kemampuan intelektual atau kemampuan kognitif seperti menulis, membaca, dan menghitung. Perkembangan fisik anak SD ini pada umumnya ditandai dengan:

- 1) Pertumbuhan pesat yaitu perubahan kondisi badan contoh dari kurus kemudian menjadi gemuk, dari pendek menjadi tinggi, dan lain sebagainya.
- 2) Penuh dengan energi, senang bergerak lebih aktif dan semakin lama keaktifan anak semakin terarah.
- 3) Anak masih senang bermain dan berlari

Secara psikologis anak SD usia 6-10 ini anak sudah bisa menilai hukuman atau akibat yang diterima berdasarkan tingkat hukuman dari kesalahan yang dilakukannya. Sehingga ia sudah bisa mengetahui bahwa berperilaku baik akan mampu membuatnya jauh atau tak mendapatkan hukuman. Sehingga siswa akan mentaati peraturan yang telah di jelaskan atau diperintahkan oleh guru. Ketika anak berusia 10-12 mereka sudah bisa befikir bijaksana. Sehingga mereka berperilaku sesuai dengan aturan moral agar disukai oleh orang sekitar, bukan karena takut dihukum. Dia akan berbuat kebaikan sesuai tujuan yang baik, dan anak lebih tahu akan aturan.

Siswa SD saat dalam lingkungan belajar mereka akan menyesuaikan diri terhadap teman-teman lainnya. Selain itu juga akan memperhatikan norma-norma kelompok, moral, dan tradisi. Mereka sudah dapat menyesuaikan diri dengan berinteraksi dan berkomunikasi dengan siswa lain. Kemudian anak memiliki rasa hormat dan segan kepada guru. Sehingga ketika guru menjelaskan suatu aturan maka siswa ini akan mengingatnya dan saling mengingatkan satu sama lain. Sehingga ketika siswa ada yang melanggar guru dapat meluruskan.

## **B. Penelitian yang Relevan**

Penelitian yang dilakukan oleh Sidiq Setyanta yang berjudul “Pengaruh Penerapan Peraturan Kelas Secara Tertulis Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas II SD Muhammadiyah Tegalrejo Yogyakarta”. Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas II A sebagai kelas kontrol yang diterapkan peraturan tidak tertulis dengan jumlah siswa 26 anak dan kelas II B sebagai kelas eksperimen yang diterapkan peraturan tertulis dengan jumlah siswa 16 anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana Pengaruh Penerapan Peraturan Kelas secara Tertulis terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas II SD Muhammadiyah Tegalrejo Yogyakarta. Hasil penghitungan mean pada observasi kelas eksperimen memperoleh skor 27,8 dan kelas kontrol memperoleh skor 26,7. Berdasarkan perolehan skor observasi tersebut dapat disimpulkan bahwa pada kelas eksperimen terjadi peningkatan disiplin belajar siswa karena ketaatan terhadap peraturan kelas lebih tinggi daripada kelas kontrol.

### **C. Kerangka Berpikir**

Pembelajaran penjas merupakan suatu proses interaksi antara pendidik dan peserta didik yang memiliki tujuan tertentu dalam belajar yang menyangkut aktivitas jasmani. Apabila interaksi guru dengan siswa mengalami kendala maka pembelajaran tersebut tidak dapat mencapai tujuan sekolah maupun tujuan guru yang telah menjadi suatu ketetapan. Dengan demikian sekolah membuat suatu peraturan dan juga rutinitas supaya pembelajaran berjalan dengan baik dan juga dapat mencapai target dan tujuan sekolah. Bukan hanya sekolah saja yang memiliki peraturan dan rutinitas saja, setiap mata pelajaran juga memiliki aturan dan prosedur masing-masing seperti halnya mata pelajaran penjas.

Peraturan dan rutinitas di setiap sekolah itu sudah pasti ada hanya saja peraturan tersebut tidak sepenuhnya sama, itu ditentukan dari masing-masing lembaga. Tugas seorang guru hendaknya menerapkan dan juga mengembangkan peraturan dari sekolah untuk mengatasi tingkat pelanggaran siswa dan juga pedoman pribadi dalam proses pembelajaran yaitu pada mata pelajaran penjas

Berdasarkan pada hasil observasi terhadap beberapa guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) mengenai penerapan peraturan dan rutinitas, diketahui bahwa di beberapa sekolah tersebut sudah memiliki peraturan. Akan tetapi, ketika diobservasi lebih lanjut apakah peraturan penjas itu tertulis, beberapa sekolah belum memilikinya. Peraturan dan rutinitas itu sendiri diinformasikan dan diinstruksikan secara lisan. Sehingga guru sudah melaksanakan suatu peraturan dan rutinitas. Akan tetapi Seperti kita ketahui kekuatan suatu peraturan adalah dalam bentuk tertulis dan dijelaskan serta diketahui

oleh seluruh orang yang berkepentingan dalam hal ini adalah guru, siswa, kepala sekolah dan guru lain serta orangtua. Jadi ketika siswa mendapatkan konsekuensi dari pelanggaran orangtua juga mengetahuinya.

Maka dari itu peraturan dan prosedur atau rutinitas instruksional (rutinitas pembelajaran) harus di implementasikan oleh guru penjas di sekolah dasar. Guru yang efektif dapat mengatur perilaku siswa dan memfasilitasi belajar mereka juga. Dengan menggunakan kedua hal tersebut maka kegiatan pembelajaran akan berjalan lancar. Berdasarkan hal tersebut, maka timbul suatu permasalahan yang perlu diangkat dalam suatu penelitian yang berkaitan dengan peraturan dan rutinitas atau prosedur pada mata pelajaran pendidikan jasmani.



### **BAB III**

#### **METODE PENELITIAN**

##### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang memberikan gambaran tentang objek yang diteliti. Sedangkan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan menggunakan angket sebagai instrumennya. Menurut Arikunto (2014:203) metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya, sedangkan instrumen berupa alat atau fasilitas dalam mengumpulkan data. Dengan metode survei, peneliti akan mengumpulkan data mengenai implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri Se-Kota Yogyakarta, dan kemudian dilakukan analisis yang kemudian dituangkan dalam bentuk persentase.

##### **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

###### **1. Tempat Penelitian**

Lokasi pada penelitian ini yaitu di Kota Yogyakarta yang terbagi menjadi 4 wilayah (Barat, Timur, Utara dan Selatan) wilayah Timur digunakan sebagai Uji Coba Penelitian kemudian wilayah Barat, Utara dan Selatan untuk pengambilan data penelitian. Yang diambil populasi yaitu seluruh tingkatan Sekolah Dasar Negeri. Sedangkan subjek penelitiannya yaitu 87 guru pendidikan jasmani yang mengajar Di SD Negeri Se-Kota Yogyakarta 3 wilayah sedangkan Uji Coba sebanyak 18 Guru.

###### **2. Waktu Penelitian**

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari-Maret 2019.

### C. Populasi dan Sampel Penelitian

#### 1. Populasi

Menurut Sugiyono (2014: 62) populasi yaitu wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakter tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah guru PJOK di SD Negeri se-Kota Yogyakarta berjumlah 120 Guru.

Tabel 1. Data Sampel Penelitian

No	Bagian	Jumlah Guru
1.	Utara	33
2.	Selatan	27
3.	Barat	27
4.	Timur	33
	Jumlah	120

(sumber : Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta tahun 2018)

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa guru penjas SD Negeri Se-Kota Yogyakarta yang terbagi menjadi 4 bagian dengan jumlah keseluruhan adalah sebanyak 120 guru.

#### 2. Sampel

Menurut Sugiyono (2014:63) sampel yaitu bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Menurut Suharsimi Arikunto (2013: 173-174) dijelaskan peneliti dikatakan penelitian populasi apabila peneliti mengambil semua elemen di wilayah penelitian, sedangkan penelitian sampel dilakukan jika seseorang hanya meneliti sebagian dari populasi dengan menggeneralisasikan hasil penelitian sampel. Keseluruhan populasi diambil semua

untuk menjadi subjek penelitian, sehingga disebut penelitian populasi atau *total sampling* dengan jumlah 120 guru PJOK di SD Negeri se-Kota Yogyakarta.

#### **D. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Arikunto (2010: 118) menyatakan “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Variabel yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta. Definisi operasional variabelnya adalah ditinjau dari peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*). Peraturan (*Rules*) pendidikan jasmani mencakup perilaku dalam kategori berikut: Keselamatan, Menghormati yang lainnya, Menghormati lingkungan pembelajaran, Mendukung pembelajaran lainnya dan Usaha Keras. Sedangkan untuk rutinitas (*Routines*) harus ditetapkan sebagai berikut: Memasuki gymnasium, mengumpulkan peralatan, berkumpul, mendapatkan perhatian, memilih teman, mendapatkan air minum, mengenali batas, penyelesaian dan meninggalkan gymnasium yang diukur menggunakan instrumen berupa angket tertutup.

#### **E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

##### **1. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat untuk mengukur, mengobservasi, atau dokumentasi yang dapat menghasilkan data kuantitatif (Sugiyono 2014: 73). Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2002: 136) menjelaskan instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik (lebih cermat, lebih

lengkap, dan sistematis) sehingga mudah diolah. Instrumen penelitian ini dengan menggunakan angket atau kuesioner untuk menilai implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar negeri se-Kota Yogyakarta.

Angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui Arikunto (2014:194). Ada tiga langkah yang ditempuh dalam menyusun instrumen yaitu:

#### 1) Mendefinisikan konstruk

Mendefinisikan konstruk merupakan tahapan yang bertujuan untuk memberikan batasan dari konstruk yang akan diteliti, dengan demikian tidak terjadi penyimpangan terhadap tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini. Definisi konstruk dalam penelitian ini adalah implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran penjas Di Sekolah Dasar negeri se-Kota Yogyakarta. Konsep dasar yang digunakan mengenai implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*).

#### 2) Menyidik faktor

Menyidik faktor adalah suatu tahapan yang bertujuan untuk menandai faktor yang ditanggapi yang disangka kemudian diyakini menjadi komponen dari konstruk yang akan diteliti. Dalam penelitian ini, diukur berdasarkan implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran penjas. Berdasarkan kajian teori, didapat faktor mengidentifikasi implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar negeri se-Kota Yogyakarta

yaitu faktor pendukung peraturan (*rules*), Keselamatan, Menghormati yang lainnya, Menghormati lingkungan pembelajaran, Mendukung pembelajaran lainnya dan Usaha Keras. Untuk faktor pendukung rutinitas (*routines*) yaitu Memasuki gymnasium, mengumpulkan peralatan, berkumpul, mendapatkan perhatian, memilih teman, mendapatkan air minum, mengenali batas, penyelesaian dan meninggalkan gymnasium. Setelah menyidik faktor peneliti membagi indikator-indikator yang lebih spesifik.

### 3) Menyusun Butir pertanyaan

Langkah terakhir dalam penyusunan instrumen yaitu menyusun butir-butir pertanyaan, butir-butir harus merupakan penjabaran menjadi indikator-indikator yang sesuai pada tiap faktor, kemudian dari indikator-indikator yang sesuai tiap faktor, kemudian dari indikator-indikator yang ada disusun butir-butir soal. Sebelum menyusun butir-butir pertanyaan, peneliti menyusun tabel kisi-kisi angket penelitian yang berjudul implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran penjas Di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta.

**Tabel 2. Kisi kisi Instrumen Uji Coba Penelitian**

Variabel	Faktor	Indikator	No. Butir Pertanyaan	
			Positif	Negatif
Implementas i Peraturan ( <i>Rules</i> ) dan Rutinitas ( <i>Routines</i> ) Dalam Pembelajara n Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri se- Kota Yogyakarta	1. Peraturan	a. Keselamatan	1,3	2
		b. Menghormati yang lainnya	4,5	
		c. Menghormati ligkungan pembelajaran	6	7
		d. Mendukung pembelajaran lainnya	8,9,10	
		e. Usaha Keras	11	
	2. Rutinitas	a. Memasuki gymnasium	12	13
		b. Mengumpulkan peralatan	14,15	
		c. Berkumpul	16,17	
		d. Mendapatkan perhatian	18,19	
		e. Memilih teman	20	21
		f. Mendapatkan air minum	22,23	
		g. Mengenali batas	24	
		h. Penyelesaian	25,26	27
		i. Meninggalkan gymnasium	28,29	30
Jumlah Soal			30	

Sebelum diujicobakan, peneliti melakukan validasi / *expert judgment* yaitu oleh Bapak Ahmad Rithaudin, M.Or untuk mendapatkan masukan/saran. Setelah mendapatkan persetujuan dari ahli kemudian uji coba dilakukan di SD Negeri Kota Yogyakarta bagian Timur sebanyak 18 Guru dan reliabilitas instrumen agar lebih valid. Penskoran yang digunakan adalah skala Guttman yaitu pengumpulan data

dilakukan menggunakan alat ukur berupa lembar kuesioner yang berisi butir-butir pertanyaan. Data yang diperoleh berupa data interval atau rasio dikotomi ( dua alternatif ) yaitu “Ya” dan “Tidak”. Sopingi (2015:46) Adapun skoring perhitungan responden dalam skala Guttman adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. Skoring Skala Guttman**

<b>Alternatif Jawaban</b>	<b>Skor Alternatif Jawaban</b>	
	<b>Positif</b>	<b>Negatif</b>
<b>Ya</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
<b>Tidak</b>	<b>0</b>	<b>1</b>

(sumber: Sopingi 2015: 46)

## **2. Uji Coba Instrumen**

Instrumen yang baik sebelum digunakan untuk pengambilan data sebenarnya perlu di uji cobakan guna memenuhi sebagai alat pengumpul data yang baik. Menurut Arikunto (2006: 167) bahwa tujuan diadakannya uji coba antara lain adalah untuk mengetahui tingkat keterpahaman instrumen, apakah responden tidak menemukan kesulitan dalam menangkap maksud peneliti. Subyek yang dijadikan uji coba adalah Guru PJOK SD Negeri Kota Yogyakarta bagian Timur.

## **F. Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

### **a. Uji Validitas**

Menurut Sugiyono (2014: 75) instrumen yang valid adalah instrumen yang mampu mengukur apa yang seharusnya diukur. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2010: 211) validitas adalah suatu ukuran tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur dan mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat.

Penyusunan instrumen penelitian ini dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah penyusunan instrumen, yaitu dengan menentukan variabel dan indikator kemudian membuat butir-butir pertanyaan. Jika cara dan isi tindakan tersebut sudah benar maka dapat dikatakan bahwa peneliti mendapat instrumen yang memiliki validitas logis. Validitas logis diperoleh dengan usaha hati-hati melalui car-cara yang benar sehingga menurut logika akan tercapai suatu tingkat validitas yang dikendaki (Suharsimi Arikunto, 2010:212).

Menurut Sugiyono (2014:74) ada beberapa jenis validitas instrumen yaitu: validitas isi, validitas kriterium, dan validitas konstruk. Uji validitas pada penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi adalah validitas di mana pengujian terhadap kelayakan atau relevansi isi tes melalui penilaian ahli atau *expert judgment* yang dimaksud pada penelitian ini yaitu oleh Bapak Ahmad Rithaudin, M.Or dengan berdasarkan indikator pada tiap variabel.

Menggunakan rumus korelasi yang dikenal dengan rumus korelasi product moment sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$	= koefisien korelasi X dan Y
N	= banyaknya subyek
$\sum XY$	= skor hasil perkalian X dan Y
$\sum X$	= jumlah X
$\sum X^2$	= jumlah kuadrat X
$\sum Y$	= jumlah Y
$\sum Y^2$	= jumlah kuadrat Y



Untuk mengukur validitas alat atau instrumen, digunakan teknik korelasi *product moment* dari karl peason dengan taraf signifikan 5%. Kemudian setelah data uji coba terkumpul, kemudian dianalisis dengan bantuan *SPSS 21*. Butiran dikatakan valid apabila syarat minimum dianggap memenuhi syarat  $r = 0,412$  sehingga korelasi antara butiran dengan skor total kurang dari 0,412 maka butiran dalam instrumen tersebut dinyatakan tidak valid.

Setelah dilakukan perhitungan dapat diketahui dari jumlah 30 butir soal dinyatakan 2 soal tidak valid yaitu soal nomor 9, 26 karena hasil kurang dari  $r$  tabel (0,412) dan 28 soal dinyatakan valid karena hasil lebih dari  $r$  tabel (0,412). Jadi dari jumlah 28 butir soal yang valid tersebut dapat digunakan untuk penelitian sesungguhnya. Berikut ini adalah hasil analisis uji validitas menggunakan rumus *person product moment* dengan menggunakan bantuan *SPSS 21*.

**Tabel 4. Analisis Data Validitas**

No Soal	r hitung	r tabel (df=15)	Keterangan
S1	,884	0,412	Valid
S2	,478	0,412	Valid
S3	,869	0,412	Valid
S4	,592	0,412	Valid
S5	,560	0,412	Valid
S6	,560	0,412	Valid
S7	,560	0,412	Valid
S8	,510	0,412	Valid
S9	-,120	0,412	Gugur
S10	,555	0,412	Valid
S11	,948	0,412	Valid
S12	,788	0,412	Valid
S13	,711	0,412	Valid
S14	,781	0,412	Valid
S15	,781	0,412	Valid
S16	,948	0,412	Valid
S17	,948	0,412	Valid
S18	,781	0,412	Valid
S19	,535	0,412	Valid
S20	,781	0,412	Valid
S21	,692	0,412	Valid
S22	,692	0,412	Valid
S23	,539	0,412	Valid
S24	,781	0,412	Valid
S25	,480	0,412	Valid
S26	-,178	0,412	Gugur
S27	,523	0,412	Valid
S28	,692	0,412	Valid
S29	,692	0,412	Valid
S30	,869	0,412	Valid

Data uji coba penelitian diatas terdapat 30 butir pertanyaan yang valid dan terdapat 2 butir pertanyaan yang gugur karena r hitung kurang dari r tabel yaitu pertanyaan nomor 9 dan 26 (  $r \text{ hitung} < 0,412$  ). Sehingga nantinya dalam data penelitian menggunakan 28 butir pertanyaan yang sebelumnya 30 butir pertanyaan.

#### a. Uji Reliabilitas

Reliabilitas yang berarti dapat di percaya, menurut Arikunto (2006: 178), realibilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat di percaya untuk di gunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Instrumen yang sudah dapat di percaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat di percaya juga. Untuk menganalisis reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *alpha* yang di gunakan untuk jenis angket atau bentuk uraian. Rumus *alpha* yaitu sebagai berikut:

$$r_{11} = \left( \frac{K}{k - 1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right)$$

Keterangan:

$r_{11}$	= reliabilitas instrumen
$K$	= banyaknya butiran pertanyaan atau banyaknya soal
$\sum \sigma_b^2$	= jumlah varians butir
$\sigma_1^2$	= varian total

(sumber: Arikunto, 2006: 276)

Perhitungan data reliabilitas menggunakan program uji keadaan teknik *Alpha Cronbach SPSS 21*. Berdasarkan perhitungan uji reliabilitas di peroleh hasil 0,882, karena nilai tersebut lebih dari 0,378 maka instrumen dalam penelitian ini dinyatakan reliabel. Sehingga layak untuk di pakai sebagai penelitian. Berikut adalah hasil uji reliabilitas dan kisi-kisi penelitian.

**Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas  
Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,958	30

**Tabel 6. Kisi kisi Instrumen Penelitian**

Variabel	Faktor	Indikator	No. Butir Pertanyaan	
			Positif	Negatif
Implementasi Peraturan ( <i>Rules</i> ) dan Rutinitas ( <i>Routines</i> ) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta	Peraturan	a. Keselamatan	1,3	2
		b. Menghormati yang lainnya	4,5	
		c. Menghormati lingkungan pembelajaran		6
		d. Mendukung pembelajaran lainnya	7,8,9	
		e. Usaha Keras	10	
	Rutinitas	a. Memasuki gymnasium	11	12
		b. Mengumpulkan peralatan	13,14	
		c. Berkumpul	15,16	
		d. Mendapatkan Perhatian	17,18	
		e. Memilih teman	19	20
		f. Mendapatkan air minum	21,22	
		g. Mengenali batas	23	
		h. Penyelesaian	24	25
		i. Meninggalkan gymnasium	26,27	28
Jumlah Soal			28	

### **3. Metode Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data menurut Sugiyono (2007: 194) terdapat empat macam teknik pengumpulan data yaitu wawancara, kuisisioner atau angket, observasi, dan gabungan dari ketiganya. Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuisisioner. Kuisisioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden informasi yang diperoleh berupa laporan pribadinya, ataupun hal lain yang diketahuinya (Suharsimi Arikunto, 2013: 194). Kuisisioner yang digunakan menggunakan jawaban yang bersifat tertutup, yaitu alternatif jawaban yang harus dipilih salah satu. Kuisisioner dalam penelitian ini menggunakan metode skala Guttman.

Dalam penelitian ini peneliti memberikan secara langsung kuisisioner pada responden, sehingga peneliti dapat menjelaskan tujuan dari penelitian dan dapat menjawab pertanyaan yang kurang dipahami responden. Responden diminta untuk menjawab item-item pertanyaan yang terdapat di dalam skala tersebut, dengan memilih salah satu jawaban alternatif jawaban dengan memberikan tanda cek (√) pada kolom yang disediakan. Selain itu, peneliti juga dapat secara langsung menerima tanggapan yang telah diberikan. Kemudian kuisisioner langsung dikumpulkan kepada peneliti setelah selesai diisi oleh responden.

Adapun alasan digunakan skala dalam penelitian ini yaitu:

1. Guru penjas Se-Kota Yogyakarta sebagai subyek penelitian adalah orang yang paling mengetahui dirinya sendiri.
2. Peneliti cenderung percaya apa yang diungkapkan oleh subyek cenderung benar.

Dalam waktu yang relatif singkat, peneliti dapat memperoleh banyak data yang dibutuhkan

#### G. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase yang kemudian dari angket yang telah diisi oleh responden kemudian dianalisis dengan menggunakan data persentase. Dari analisis tersebut untuk mengetahui Seberapa baik Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta. Berikut ini adalah tabel yang dimodifikasi dengan pendapat sudijono (2008: 186):

**Tabel 7. Norma Pengkategorian**

Interval	Kategori
$X > M + 1,5 SD$	Sangat Baik
$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Baik
$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Cukup
$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5$	Kurang
$X < M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

Keterangan:

X : Skor jawaban responden

Mi : rata-rata (*mean*)

SDi : *Standar deviasi*

(sumber: sudijono 2008: 186)

Rumus mencari persentase tingkat penerapan peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta menurut Anas Sudijono (2009: 40) yaitu:

Keterangan

$$p = \frac{f}{n} \times 100 \%$$

P : Persentase

F : Frekuensi/ jumlah subjek

N : Jumlah total Subjek

(sumber: Anas Sudijono 2009: 40)

Hasil perolehan persentasi digunakan untuk memperoleh penerapan peraturan dan rutinitas dalam pembelajaran penjas.

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kota Yogyakarta dalam penelitian ini di ukur dengan 28 butir pernyataan. Hasil analisis statistik data penelitian secara keseluruhan diperoleh rata-rata (*mean*) = 22,58, median = 23, modus sebesar = 23; *standart deviasi* = 3,41. Tabel distribusi hasil penelitian implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sd Negeri se-Kota Yogyakarta dapat dikategorikan sebagai berikut :

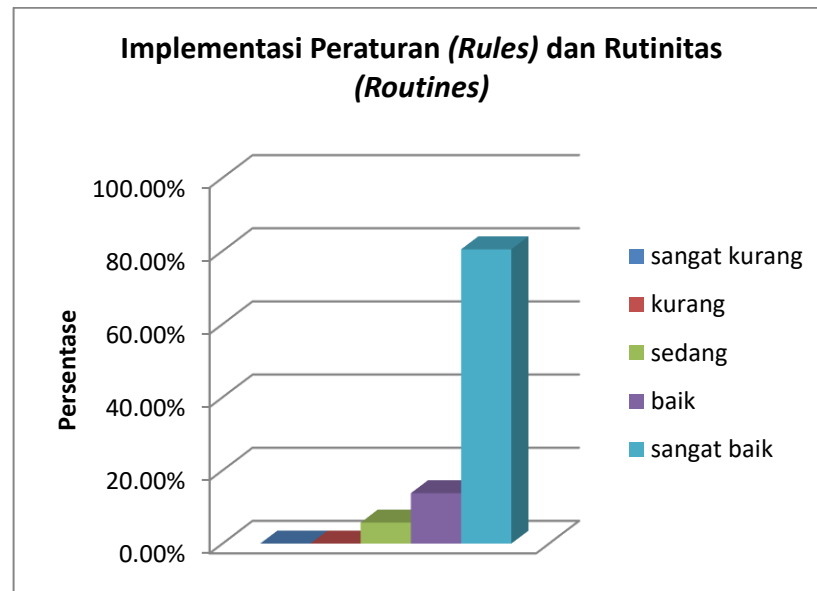
**Tabel 8. Deskripsi Hasil Penelitian Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kota Yogyakarta**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$21 \leq X < 28$	Sangat Baik	70	80,46
$16,34 \leq X < 21$	Baik	12	13,79
$11,67 \leq X < 16,34$	Cukup	5	5,75
$7 \leq X < 11,67$	Kurang	0	0
$0 \leq X < 7$	Sangat Kurang	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>87</b>	<b>100</b>

Mi :  $\frac{1}{2}$  (skor maksimal ideal + skor minimal ideal)  
:  $\frac{1}{2} (28 + 0)$   
: 14  
Sdi :  $\frac{1}{6}$  (skor Maksimal ideal – skor minimal ideal)  
:  $\frac{1}{6} (28 - 0)$   
: 4,67



Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ni :



**Gambar 1. Diagram Hasil Penelitan Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kota Yogyakarta**

Berdasarkan tabel di atas diketahui implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani sebagian besar masuk dalam kategori sangat baik sebesar 80,46 %, kategori baik sebesar 13,79 %, kategori cukup sebesar 5,75 %, kategori kurang sebesar 0,0 %, dan kategori sangat kurang sebesar 0,0 %. Hasil tersebut dapat diartikan implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kota Yogyakarta berkategori sangat baik.

Hasil masing-masing implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam penelitian ini diuraikan sebagai berikut:

### 1. Implementasi Peraturan (*Rules*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kota Yogyakarta

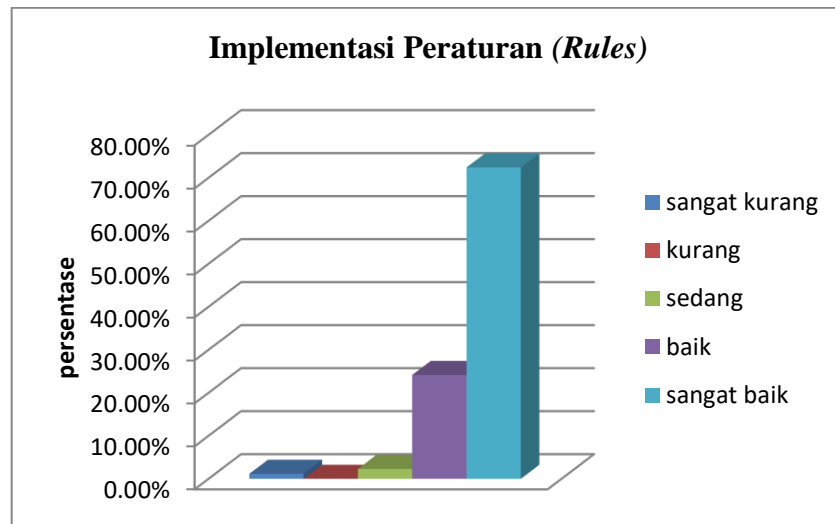
Hasil penelitian pada implementasi peraturan (*rules*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri se-Kota Yogyakarta dalam penelitian ini di ukur dengan 10 pernyataan. Hasil analisis data penelitian diperoleh rata-rata (*mean*) = 8,16, median = 8, modus sebesar = 9; *standart deviasi* = 1,47. Tabel distribusi hasil penelitian implementasi peraturan (*rules*) pembelajaran pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

**Tabel 9. Hasil Penelitian Implementasi Peraturan (*Rules*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kota yogyakarta**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$7,5 \leq X < 10$	Sangat Baik	63	72,42
$5,34 \leq X < 7,5$	Baik	21	24,14
$4,16 \leq X < 5,34$	Cukup	2	2,29
$2,5 \leq X < 4,16$	Kurang	0	0
$0 \leq X < 2,5$	Sangat Kurang	1	1,15
<b>Jumlah</b>		<b>87</b>	<b>100</b>

Mi :  $\frac{1}{2}$  (skor mmaksimal ideal + skor minimal ideal)  
:  $\frac{1}{2}$  (10 + 0)  
: 5  
Sdi :  $\frac{1}{6}$  (skor Maksimal ideal – skor minimal ideal)\  
:  $\frac{1}{6}$  (10 – 0)  
: 1,67

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ni :



**Gambar 2. Diagram Hasil Penelitian Implementasi Peraturan (*Rules*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kota Yogyakarta**

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil implementasi peraturan (*rules*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani sebagian besar masuk dalam sangat baik sebesar 72,42 % dan kategori baik sebesar 24,14 %, pada kategori cukup baik sebesar 2,29 %, pada kategori kurang sebesar 0 % dan sangat kurang sebesar 0 %.

## **2. Implementasi Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Hasil penelitian pada dalam penelitian ini di ukur dengan 18 pernyataan dengan rentang skor 1 – 4. Hasil analisis data penelitian diperoleh rata-rata (*mean*) = 14,42, median = 15, modus sebesar = 15; *standart deviasi* = 2,58. Tabel distribusi hasil penelitian Implementasi Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani adalah sebagai berikut :

**Tabel 10. Hasil Penelitian Implementasi Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SD Negeri se-Kota Yogyakarta**

Interval	Kategori	Jumlah	Persen (%)
$13,5 \leq X < 18$	Sangat Baik	64	73,56
$10,5 \leq X < 13,5$	Baik	15	17,24
$7,5 \leq X < 10,5$	Cukup	5	5,75
$4,5 \leq X < 7,5$	Kurang	3	3,45
$0 \leq X < 4,5$	Sangat Kurang	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>87</b>	<b>100</b>

Mi :  $\frac{1}{2}$  (skor mmaksimal ideal + skor minimal ideal)

:  $\frac{1}{2} (18 + 0)$

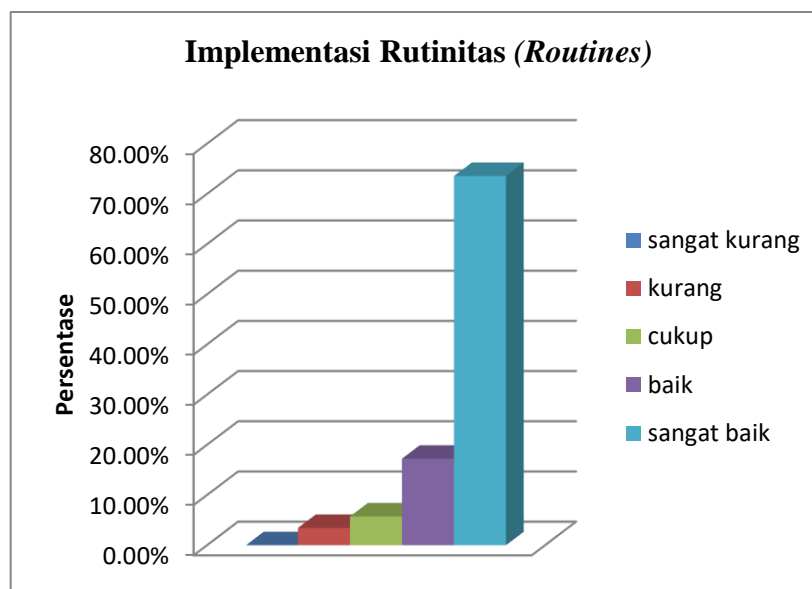
: 9

Sdi :  $\frac{1}{6}$  (skor Maksimal ideal – skor minimal ideal)\

:  $\frac{1}{6} (18 - 0)$

: 3

Hasil penelitian tersebut apabila ditampilkan dalam bentuk diagram dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



**Gambar 3. Diagram Hasil Penelitian Implementasi Peraturan (*Rules*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani**

Berdasarkan tabel di atas bahwa hasil implementasi rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani sebagian besar masuk dalam kategori sangat Baik sebesar 73,56 %, kategori Baik sebesar 17,24 %, kategori cukup sebesar 5,75 %, kategori Kurang sebesar 3,45 %, dan kategori sangat kurang sebesar 0 %.

## **B. Pembahasan**

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran di sekolah dasar, aktivitas dalam penjas perlu mendapat perhatian tidak hanya ketika penjas berlangsung tetapi harus diperhatikan dari awal sampai akhir pembelajaran. Selama proses pembelajaran, guru dimungkinkan membuat peraturan-peraturan agar pembelajaran berjalan dengan lancar. Peraturan dalam pendidikan jasmani bisa saja dimulai dari siswa datang ke kelas, dilanjutkan siswa ganti pakaian, sampai dengan siswa meninggalkan kelas. Oleh karena itu, seorang guru penjas harus bisa mengatur kelas sedemikian rupa sehingga tidak terjadi permasalahan yang bisa mengganggu jalannya proses pembelajaran.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani sebagian besar masuk dalam kategori sangat baik sebesar 80,46 %, kategori baik sebesar 13,79 %, kategori cukup sebesar 5,75 %, kategori kurang sebesar 0,0 %, dan kategori sangat kurang sebesar 0,0 %. Hasil tersebut dapat diartikan implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani berkategori sangat baik.

Berdasarkan hasil tersebut mengindikasikan pelaksanaan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani yang selama ini dilakukan sudah sangat baik. Kategori sangat baik mengindikasikan selama ini dalam pembelajaran pendidikan jasmani belum sepenuhnya menerapkan peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Hal tersebut dikarenakan konsistensi dari pelaku pembelajaran dibutuhkan, peran guru sebagai fasilitator bisa menerapkan peraturan dan rutinitas tersebut. Agar implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani dapat terlaksana dengan baik, sebaiknya implementasi tersebut dapat diterapkan dalam pembiasaan pembelajaran setiap harinya, oleh karena itu peraturan dan rutinitas harus diberlakukan dengan baik.

#### **1. Implementasi Peraturan (*Rules*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta**

Peraturan membantu anak-anak belajar perilaku yang diperlukan untuk bekerja sama dengan orang lain. Peraturan akan membuat anak-anak belajar disiplin. Peraturan dipelajari melalui peraturan tertulis dan contoh secara terus-menerus sehingga mendapatkan tanggapan yang tepat dan pantas untuk sebuah peraturan. Supaya peraturan menjadi lebih efektif, peraturan harus jelas dan diberlakukan secara adil dan konsisten.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui implementasi peraturan (*rules*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani sebagian besar masuk dalam sangat baik

sebesar 72,42 % dan kategori baik sebesar 24,14 %, pada kategori cukup baik sebesar 2,29 %, pada kategori kurang sebesar 0 % dan sangat kurang sebesar 0 %

Berdasarkan hasil tersebut diartikan bahwa implementasi pada peraturan masuk dalam kategori sangat baik. Hal tersebut mengindikasikan bahwa sekolah sudah mempunyai peraturan dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Sesuai dengan hasil observasi bahwa beberapa guru pendidikan jasmani Sekolah Dasar Negeri di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) mengenai penerapan peraturan dan rutinitas, diketahui bahwa di beberapa sekolah tersebut sudah memiliki peraturan.

## **2. Implementasi Rutinitas (*Routines*) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta**

Hasil penelitian implementasi rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani sebagian besar masuk dalam kategori sangat Baik sebesar 73,56 %, kategori Baik sebesar 17,24 %, kategori cukup sebesar 5,75 %, kategori Kurang sebesar 3,45 %, dan kategori sangat kurang sebesar 0 %.

Hasil implementasi pada rutinitas yang sangat baik menunjukkan jika selama ini peraturan yang ada belum sepenuhnya di terapkan secara rutin dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam hal ini rutinitas atau prosedur biasanya mengacu pada kegiatan-kegiatan khusus dan mereka biasanya ditunjukkan untuk menyelesaikan tugas-tugas daripada melarang perilaku. Berkaitan dengan peraturan yang ada bahwa selama ini sebenarnya guru pendidikan jasmani selalu memberikan sanksi kepada siswa yang melakukan perilaku yang kurang baik atau melanggar peraturan dalam pendidikan jasmani. Kelamhan peraturan yang belum

tertulis tersebut membuat kadang rutinitas perilaku menaati peraturan belum dilakukan dengan baik oleh semua siswa.

Rutinitas perlu disampaikan secara khusus sebagai salah satu konten mengajar. Pengajaran rutinitas berarti bahwa guru harus menggunakan penjelasan, demonstrasi, praktek dengan umpan balik, dan semua elemen lain yang berhubungan dengan pembelajaran. Dengan kata lain, kunci untuk mengajar rutinitas secara efektif tidak berbeda dengan kunci untuk mengajarkan keterampilan olahraga

### **C. Keterbatasan hasil penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan sebaik-baiknya, tetapi masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, diantaranya:

1. Keterbatasan tenaga dan waktu penelitian mengakibatkan peneliti tidak mampu mengontrol kesungguhan responden dalam mengisi angket.
2. Instrumen yang digunakan adalah angket tertutup, sehingga responden hanya memberikan jawaban berdasarkan pilihan yang ada.



## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani sebagian besar masuk dalam kategori sangat baik sebesar 80,46 %, kategori baik sebesar 13,79 %, kategori cukup sebesar 5,75 %, kategori kurang sebesar 0,0 %, dan kategori sangat kurang sebesar 0,0 %. Hasil tersebut dapat diartikan implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani berkategori sangat baik.

#### **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Berdasarkan kesimpulan diatas, hasil penelitian ini mempunyai implikasi yaitu:

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi untuk mengetahui implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
2. Guru akan semakin paham pentingnya peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

#### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Peneliti hanya melakukan penelitian pada peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bagi peneliti selanjutnya

disarankan sampel dan variable penelitian yang lainya, sehingga diharapkan implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dapat teridentifikasi secara luas.

2. Bagi guru yang belum sepenuhnya menerapkan implementasi peraturan (*rules*) dan rutinitas (*routines*) dalam pembelajaran pendidikan jasmani, diharapkan untuk meningkatkan pembiasaan peraturan dan rutinitas agar siswa lebih disiplin dalam pembelajaran pendidikan jasmani.
3. Peneliti tidak mengontrol secara langsung bagaimana proses pembelajaran pendidikan jasmani sehingga peneliti hanya menyimpulkan berdasarkan hasil penelitian saja, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan observasi mengenai proses pembelajaran.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2002). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (edisi revisi). Jakarta: Rhineka Cipta.
- (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Depdiknas. (2006). *Permendiknas.No.22 tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas
- (2007). *Standar Kompetensi dan Kompetensi Dasar Tingkat SD/MI Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan*: Departemen Pendidikan Nasional.
- Dixie, G. (2007). *Managing Your Classroom*. New York. Continuum.
- Graham, George et al. (2001). *Teaching Children Physical Education: Becoming a Master Teacher*. Mountain view : Human Kinetics.
- Herimanto & Winarno. (2010). *Ilmu Sosial dan Budaya Dasar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Rink, Judith E. (2006). “*Teaching Physical Education For Learning*” dalam Zacchopoulou, everidiki et all. (2009) *Early Step Physical Education Curriculum*. Roehampton University : United kingdom.
- (2010). *Teaching Physical Education For Learning*. McGraw Hill : New York.
- Setyanta, Sidiq. (2013). “Pengaruh Penerapan Peraturan Kelas Secara Tertulis Terhadap Kedisiplinan Siswa Kelas Ii Sd Muhammadiyah Tegalrejo Yogyakarta”. *Skripsi*. Yogyakarta: FIP UNY.
- Seidentop, Daryl. (1991). *Developing Teacing Skills in Physical Education*. OHIO University: California.
- Siedentop,D & D. Tannehil. (2000) “*Developing Teaching Skill in Physical Education*” dalam Richard Bailey. (2003). *Teaching Physical Education*. London : Kogan Page.
- Siedentop,D & D. Tannehil. (2004). *Developing Teaching Skill in Physical Education*. Mountain View CA : Mayfield.
- Sopingi. (2015). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Malang: Gunung Samudera.

- Sudijono, A. (2009). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- (2014). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Karwati, Eui dan Donni Juni Priansa. (2015). *Manajemen Kelas (Classroom management) Guru yang Profesional yang Inspiratif, Kreatif, Menenangkan, dan Berpartisipasi*. Bandung: Alfabeta.
- Weinstein. (1999). Dalam Anita Woolfolk. (2007). *Educational psychology*. Boston : Pearson Educational.
- Woolfolk, Anita. (2007). *Educational psychology*. Boston : Pearson Educational.
- Wibisono. (2007). “Minat Siswa SMPN 4 Wates dalam Mengikuti Pembelajaran Senam Irama”. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Zacchopoulou, everidiki et all. (2009) *Early Step Physical Education Curriculum*. Roehampton University: United kingdom.

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Survei Terbatas Guru Pendidikan Jasmani Di DIY

No Butir	Butir Pertanyaan/ Pernyataan	Persentase (%)			Jumlah %
		Ya	Tidak	Tidak Tahu	
1.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar mempunyai peraturan sekolah ?	100.00%	0.00%	0.00%	100.00%
2.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar mempunyai rutinitas/prosedur untuk siswa selama di sekolah ?	100.00%	0.00%	0.00%	100.00%
3.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar mempunyai peraturan khusus untuk siswa di kelas pendidikan jasmani ?	77.27%	13.64%	9.09%	100.00%
4.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar mempunyai rutinitas/prosedur khusus untuk siswa di kelas pendidikan jasmani ?	63.64%	27.27%	9.09%	100.00%
5.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar mempunyai peraturan sekolah untuk siswa hanya dijelaskan secara lisan ?	27.27%	72.73%	0.00%	100.00%
6.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar mempunyai rutinitas/prosedur untuk siswa di sekolah hanya dijelaskan secara lisan ?	22.73%	72.73%	4.55%	100.00%
7.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar, peraturan khusus untuk kelas pendidikan jasmani hanya dijelaskan secara lisan ?	59.09%	40.91%	0.00%	100.00%
8.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar rutinitas/prosedur khusus untuk kelas pendidikan jasmani hanya dijelaskan secara lisan ?	63.64%	36.36%	0.00%	100.00%
9.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar tersedia panduan tertulis mengenai peraturan sekolah ?	95.45%	4.55%	0.00%	100.00%

10.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar tersedia panduan tertulis mengenai rutinitas/prosedur siswa selama di sekolah ?	81.82%	18.18%	0.00%	100.00%
11.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar tersedia panduan tertulis mengenai peraturan khusus untuk kelas pendidikan jasmani ?	22.73%	77.27%	0.00%	100.00%
12.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar tersedia panduan tertulis mengenai rutinitas/prosedur khusus untuk kelas pendidikan jasmani ?	22.73%	77.27%	0.00%	100.00%
13.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar tersedia panduan tertulis mengenai peraturan sekolah dan dijelaskan secara lisan ?	90.91%	9.09%	0.00%	100.00%
14.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar tersedia panduan tertulis mengenai rutinitas/prosedur di sekolah dan dijelaskan secara lisan ?	81.82%	18.18%	0.00%	100.00%
15.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar tersedia panduan tertulis mengenai peraturan khusus untuk kelas pendidikan jasmani dan dijelaskan secara lisan ?	27.27%	72.73%	0.00%	100.00%
16.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar tersedia panduan tertulis mengenai rutinitas/prosedur khusus untuk kelas pendidikan jasmani dan dijelaskan secara lisan ?	27.27%	72.73%	0.00%	100.00%

## Lampiran 2. Surat Permohonan Expert Jugement

### SURAT PERNYATAAN VALIDASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Rithaudin, M.Or.

NIP : 19810125 200604 1 001

Juruan :

menyatakan bahwa instrumen penelitian TA atas nama mahasiswa:

Nama : Anis Marsiyah

NIM : 14604221045

Program Studi : PGSD Penjas

Judul TA : Implementasi Peraturan (Rules) Dan Rutinitas  
(Routines) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di  
Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta.


Setelah dilakukan kajian atas instrumen penelitian TA tersebut dapat dinyatakan:

- |                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/>            | Layak digunakan untuk penelitian                         |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Layak digunakan dengan perbaikan                         |
| <input type="checkbox"/>            | Tidak layak digunakan untuk penelitian yang bersangkutan |

dengan catatan dan saran/perbaikan sebagaimana terlampir.

Demikian agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 10 Januari 2019  
Validator,



Ahmad Rithaudin, M.Or.  
NIP. 19810125 200604 1 001

Catatan:

☐ Beri tanda ✓



### Lampiran 3. Surat Pernyataan Validasi

Hal : Permohonan Validasi

Lampiran : 1 Bendel

Kepada Yth,

Bapak Ahmad Rithaudin, M.Or.

di Fakultas Ilmu Keolahragaan

Sehubungan dengan pelaksanaan Tugas Akhir (TA), dengan ini saya:

Nama	: Anis Marsiyah
NIM	: 14604221045
Program Studi	: PGSD Penjas
Judul TA	: Implementasi Peraturan (Rules) Dan Rutinitas (Routines) Dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta.

dengan hormat mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan validasi terhadap instrumen penelitian TA yang telah saya susun. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan: (1) proposal TA dan (2) lembar instrumen penelitian.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan perhatian Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Dosen Pembimbing,



Ahmad Rithaudin, M.Or.  
NIP. 19810125 200604 1 001

Yogyakarta, 10 Januari 2019

Hormat saya,



Anis Marsiyah  
NIM. 14604221045

#### Lampiran 4. Surat Izin Uji Coba Penelitian dari Fakultas

	<b>KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI</b> <b>UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA</b> <b>FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN</b> <small>Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541</small>
<hr/>	
Nomor : 01.12/UN.34.16/PP/2019.	14 Januari 2019.
Lamp. : 1 Eks.	
Hal : Permohonan Izin Uji Coba Penelitian.	
 <b>Kepada Yth.</b> <b>Kepala SD Negeri</b> <u>PANDEYAN</u> <b>di Tempat.</b>	
<p>Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan uji coba penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:</p>	
Nama	: Anis Marsiyah
NIM	: 14604221045
Program Studi	: PGSD Penjas
Dosen Pembimbing	: Ahmad Rithaudin, M.Or.
NIP	: 198101252006041001
Uji Coba Penelitian akan dilaksanakan pada :	
Waktu	: 21 Januari s/d 21 Februari 2019
Tempat	: Guru SD Negeri (PJOK) Kota Yogyakarta Bagian Barat.
Judul Skripsi	: Implementasi Peraturan ( <i>Rules</i> ) dan Rutinitas ( <i>Routines</i> ) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta.
<p>Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.</p>	
<p>Dekan,</p>  Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. NIP. 19640707 198812 1 001	
	
<b>Tembusan :</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Kaprodi PGSD Penjas.</li><li>2. Pembimbing Tas.</li><li>3. Mahasiswa ybs.</li></ol>	

## Lampiran 5. Angket Uji Coba Penelitian

7.	Apakah Anda tidak memberikan respon balik terhadap seseorang yang menyapa Anda ketika pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung?	✓	
<b>Mendukung pembelajaran lainnya</b>			
8.	Apakah Anda mendukung peraturan kelas pembelajaran lainnya selain pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
9.	Apakah Anda memberikan sanksi kepada siswa yang meninggalkan kelas pembelajaran lain berlangsung ?	✓	
10.	Apakah Anda memberikan sanksi kepada siswa yang membuat kegaduhan yang mengganggu pembelajaran lainnya sedang berlangsung?	✓	
<b>Usaha Keras</b>			
11	Apakah Anda mengoptimalkan potensi dan meningkatkan kompetensi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
<b>Memasuki gymnasium</b>			
12	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar, memiliki prosedur khusus untuk ruang kelas pendidikan jasmani ?		✓
13	Apakah Anda tidak melakukan gladi bersih (prepare tempat) sebelum melakukan pembelajaran pendidikan jasmani ?		✓
<b>Mengumpulkan peralatan</b>			
14	Apakah Anda memberikan penjelasan kepada siswa dalam penggunaan sarana (peralatan) pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	

15	Apakah Anda menginstruksikan siswa untuk mengembalikan peralatan kepada tempat semula setelah pembelajaran pendidikan jasmani selesai ?	✓	
<b>Berkumpul</b>			
16	Apakah Anda membiasakan kepada siswa untuk datang tepat waktu pada saat pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
17	Apakah Anda menetapkan titik kumpul siswa sebelum pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung ?	✓	
<b>Mendapatkan perhatian</b>			
18	Apakah Anda menanyakan kondisi siswa sebelum pembelajaran pendidikan jasmani dimulai ?	✓	
19	Apakah Anda menyampaikan materi pembelajaran pendidikan jasmani dengan hangat dan antusias ?	✓	
<b>Memilih teman</b>			
20	Apakah Anda memberikan kesempatan antara siswa satu dengan siswa lainnya untuk saling berinteraksi dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
21	Apakah Anda mempunyai kebiasaan memilih siswa dalam menyelamatkan seseorang yg mengalami kecelakaan dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?		✓
<b>Mendapatkan air minum</b>			
22	Apakah Anda memberi izin siswa untuk minum saat pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung?		✓

23	Apakah Anda memberikan waktu khusus untuk siswa mendapatkan air minum dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
<b>Mengenali batas</b>			
24	Apakah Anda tegas dalam menentukan batasan hubungan antara guru dan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung ?	✓	
<b>Penyelesaian</b>			
25	Apakah Anda mengajari siswa yang kesulitan saat praktik pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
26	Apakah Anda mengevaluasi siswa yang belum bisa melaksanakan praktik pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
27	Apakah Anda mempunyai rutinitas tidak melakukan pendinginan terhadap siswa setelah melakukan aktivitas fisik dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
<b>Meninggalkan Gymnasium</b>			
28	Apakah Anda mengakhiri pembelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan waktu yang telah ditentukan ?	✓	
29	Apakah Anda mengecek jumlah siswa sebelum mengakhiri pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
30	Apakah Anda langsung meninggalkan tempat pembelajaran tanpa menghitung/mengecek peralatan yg telah digunakan untuk dikembalikan di gudang olahraga?		✓



23	Apakah Anda memberikan waktu khusus untuk siswa mendapatkan air minum dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
<b>Mengenali batas</b>			
24	Apakah Anda tegas dalam menentukan batasan hubungan antara guru dan siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung ?	✓	
<b>Penyelesaian</b>			
25	Apakah Anda mengajari siswa yang kesulitan saat praktik pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
26	Apakah Anda mengevaluasi siswa yang belum bisa melaksanakan praktik pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
27	Apakah Anda mempunyai rutinitas tidak melakukan pendinginan terhadap siswa setelah melakukan aktivitas fisik dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
<b>Meninggalkan Gymnasium</b>			
28	Apakah Anda mengakhiri pembelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan waktu yang telah ditentukan ?	✓	
29	Apakah Anda mengecek jumlah siswa sebelum mengakhiri pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
30	Apakah Anda langsung meninggalkan tempat pembelajaran tanpa menghitung/mengecek peralatan yg telah digunakan untuk dikembalikan di gudang olahraga?		✓

## Lampiran 6. Data Hasil Uji Coba Penelitian

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	jumlah	
SD PAKEL	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	26
SDN KOTA GEDE	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
SDN PANDEYAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30
SDN KOTAGEDE 5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	29
SDN KOTAGEDE 1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	13
SDN TAHUNAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30
SDN GOLO	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	7
SDN RANDUSARI	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	10
SDN KOTAGEDE 4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29
SDN PAKEL	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	14
SDN KOTAGEDE 3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	28
SDN GIWANGAN	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	5
SDN BALIREJO	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	14
SDN GLAGAH	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29
SDN MENDUNGAN 2	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
SDN WARUNGBOTO	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	26
SDN REJOWINANGUN 1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	7

Lampiran 7. Data Uji Validitas dan Reliabilitas

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	19,7647	80,691	,884	,955
VAR00002	19,7647	84,191	,478	,958
VAR00003	19,7647	80,816	,869	,955
VAR00004	19,7647	83,191	,592	,957
VAR00005	19,8824	83,235	,560	,958
VAR00006	19,8824	83,235	,560	,958
VAR00007	19,8824	83,235	,560	,958
VAR00008	19,5294	85,515	,510	,958
VAR00009	19,8235	89,654	-,120	,963
VAR00010	19,6471	84,118	,555	,958
VAR00011	19,8235	79,904	,948	,954
VAR00012	19,9412	81,184	,788	,956
VAR00013	19,7059	82,471	,711	,956
VAR00014	19,7647	81,566	,781	,956
VAR00015	19,7647	81,566	,781	,956
VAR00016	19,8235	79,904	,948	,954
VAR00017	19,8235	79,904	,948	,954
VAR00018	19,7647	81,566	,781	,956
VAR00019	19,7647	83,691	,535	,958
VAR00020	19,7647	81,566	,781	,956
VAR00021	19,5882	83,632	,692	,957
VAR00022	19,5882	83,632	,692	,957
VAR00023	19,6471	84,243	,539	,958
VAR00024	19,7647	81,566	,781	,956
VAR00025	19,6471	85,493	,480	,958
VAR00026	19,4706	89,515	-,178	,961
VAR00027	19,6471	84,368	,523	,958
VAR00028	19,5882	83,632	,692	,957
VAR00029	19,5882	83,632	,692	,957
VAR00030	19,7647	80,816	,869	,955

$$Df = N - 2$$

$$15 = 17 - 2$$

$$r \text{ tabel} = 0,412$$



Jika *corrected item total correlation* < 0,412, maka butir pertanyaan dinyatakan gugur.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,958	30

## Lampiran 8. Surat Izin Penelitian dari Fakultas



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 pswh: 282, 299, 291, 541

Nomor : 02.54/UN.34.16/PP/2019.

. 27 Februari 2019

Lamp. : 1 Eks.

Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Kepada Yth.

Kepala SD Negeri .....

di Tempat.

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa:

Nama : Anis Marsiyah

NIM : 14604221045

Program Studi : PGSD Penjas.

Dosen Pembimbing : Ahmad Rithaudin, M.Or.

NIP : 198101252006041001

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : 1 s/d 30 Maret 2019

Tempat : Guru PJOK SD Negeri Kota Yogyakarta Wilayah Bagian Barat, Utara dan Selatan.

Judul Skripsi : Implementasi Peraturan (Rules) dan Rutinitas (Routines) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Negeri se-Kota Yogyakarta.

Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.



Dekan,

Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.

NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan

1. Kaprodi PGSD Penjas.
2. Pembimbing Tas.
3. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 9. Surat Keterangan Penelitian Dari Sekolah Dasar Negeri

**PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SEKOLAH DASAR NEGERI KEPUTRAN 2**  
**TERAKREDITASI “ A “**  
Jl. Kadipaten Kidul No.17 Yogyakarta ☎ 55133 ☎ (0274) 381840  
Email: [sdnkeputran2@gmail.com](mailto:sdnkeputran2@gmail.com), Website : [www.sdnkeputran2.sch.id](http://www.sdnkeputran2.sch.id)

---

**Surat Keterangan**  
**Nomor : 422/26**

Yang bertandatangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri Keputran 2 menerangkan bahwa:

Nama	: ANIS MARSIYAH
NIM	: 14604221045
Progam Studi	: PGSD Penjas, UNY
Dosen Pembimbing	: Ahmad Rithaudin, M. Or.
NIP	: 198101252006041001

Bahwa mahasiswa tersebut di atas telah melakukan penelitian di SD N Keputran 2 Yogyakarta pada tanggal 1 sampai dengan 30 Maret 2019.  
Demikian Surat keterangan ini dibuat agar digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 18 Maret 2019

Kepala Sekolah

  
Sigit Muryanto, S. Pd  
NIP. 19650908 198604 1 003





PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
UNIT PENGELOLA PAUD DAN SD  
WILAYAH UTARA  
**SEKOLAH DASAR NEGERI KLITREN**

Alamat : Jl. Kemakmuran 11 Yogyakarta Telp. (0247) 548747  
HOT LINE SMS SEKOLAH : 081578331169 E-mail: [sdklitren@yahoo.co.id](mailto:sdklitren@yahoo.co.id)  
HOT LINE SMS : 08122780001 HOT LINE E MAIL : [upik@jogjakota.go.id](mailto:upik@jogjakota.go.id)  
WEB SITE : [www.jogjakota.go.id](http://www.jogjakota.go.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 070 / 024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dra.Rr.Pujilestari  
NIP : 19650714 198804 2 002  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SD Klitren

Dengan ini menerangkan bahwa nama tersebut dibawah ini :

Nama : Anis Marsiyah  
NIM : 14604221045  
Prodi : PGSD Penjas  
Universitas Negeri Yogyakarta

Telah melakukan penelitian di SD Negeri Klitren dengan judul

“ Implementasi Peraturan ( Rules) dan Rutinitas ( Routines) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar Negeri Klitren Yogyakarta Tahun Pelajaran 2018/2019

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 14 Maret 2019  
Kepala sekolah  
  
Dra.Rr.Pujilestari  
NIP.19650714 198804 2 002





PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
UPT PENGELOLA TAMAN KANAK-KANAK  
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH SELATAN  
**SEKOLAH DASAR NEGERI KEPUTRAN 1**

Jl. Musikanan Alun-alun Utara Yogyakarta Kode Pos : 55151 Telp. (0274) 370383  
EMAIL : sdkeputransatu@yahoo.co.id  
HOT LINE SMS : 08122780001 HOT LINE EMAIL : upik@jogjakota.go.id  
WEB SITE : www.jogjakota.go.id

**SURAT KETERANGAN**

No. 071 / 037

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dra. Ninik Wusqo Murni, M.Pd  
NIP : 19631103 198304 2 009  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SD Negeri Keputran 1 Yogyakarta

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Anis Marsiyah  
No. Mahasiswa : 14604221045  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan/PGSD Penjas  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta  
Penanggungjawab : Ahmad Rithaudin, M.Or  
NIP. : 198101252006041001

Telah melaksanakan penelitian di SD Negeri Keputran 1 Yogyakarta dengan judul Skripsi  
*Implementasi Peraturan ( Rules ) dan Rutinitas ( Routines ) dalam Pembelajaran Pendidikan  
Jasmani di Sekolah Dasar Negeri se – Kota Yogyakarta.*

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 07 Maret 2019

Kepala Sekolah  
  
Dra. Ninik Wusqo Murni, M.Pd  
NIP. 19631103 198304 2 009



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
UPT PENGELOLA TAMAN KANAK-KANAK  
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH UTARA  
**SEKOLAH DASAR NEGERI DEMANGAN**

Alamat: Jl. Munggur No. 38 Telp. 0274 550350 Yogyakarta  
HOT LINE SMS SEKOLAH 081328035364 EMAIL: [sddemangan@yahoo.co.id](mailto:sddemangan@yahoo.co.id)  
HOT LINE SMS : 08122780001 HOT LINE E MAIL : [upik@jogjakota.go.id](mailto:upik@jogjakota.go.id)  
WEB SITE : [www.jogjakota.go.id](http://www.jogjakota.go.id)

SURAT KETERANGAN

Nomor: 422 / 010

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Sekolah SD Negeri Demangan menerangkan bahwa:

Nama	: ANIS MARSIYAH
NIM	: 14604221045
Prodi	: PGSD Penjas
Fakultas	: FIK ( Fakultas ilmu Keolahragaan )
Perguruan Tinggi	: Universitas Islam Negeri Yogyakarta

Benar – benar telah melakukan penelitian di SDN Demangan Kota Yogyakarta untuk bahan persiapan penyusunan skripsi. Adapun judul Skripsi adalah :

***“ IMPLEMENTASI PERATURAN (RULES) DAN RUTINITAS(ROUTINES) DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI SE-KOTA YOGYAKARTA”***

Waktu penelitian adalah tanggal 21 maret 2019

Demikian surat keterangan ini kami buat agar di pergunakan dengan semestinya.

Yogyakarta, 21 Maret 2019

Kepala Sekolah







PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
UNIT PENGELOLA PAUD  
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH SELATAN  
**SEKOLAH DASAR NEGERI GEDONGKIWO**

Jl. Bantul Gang Tawangsari Yogyakarta Kode Pos 55142 Tlp. (0274) 411088  
WEBSITE: www.sdngedongkiwo.sch.id E-Mail: sdgedongkiwo@gmail.com  
HOT LINE SMS UPIK : 08122780001 HOT LINE E MAIL : upik@jogjakota.go.id

**SURAT KETERANGAN**

**Nomor : 071/083/2019**

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Dasar Negeri Gedongkiwo :

Nama : RUMGAYATRI, S.Pd.  
NIP : 19671129 198804 2 001  
Pangkat/Gol. : Pembina / IV a  
Unit Kerja : SD Negeri Gedongkiwo

Menerangkan bahwa :

Nama : ANIS MARSIYAH  
NIM : 14604221045  
Prodi/Jurusan : PGSD Penjas  
Fakultas : Ilmu Pendidikan  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah melaksanakan Penelitian di SD N Gedongkiwo dengan judul penelitian:

**"IMPLEMENTASI PERATURAN (RULES) DAN RUTINITAS (ROUTINES) DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI DI SEKOLAH DASAR NEGERI SE-KOTA YOGYAKARTA".**

Waktu Pelaksanaan : 01 – 30 Maret 2019

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 14 Maret 2019  
Kepala Sekolah  
  
**RUMGAYATRI, S.Pd.**  
NIP. 19671129 198804 2 001



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
UP PENGELOLA PAUD DAN SD WILAYAH UTARA  
**SEKOLAH DASAR NEGERI WIDORO**  
Jln Perumka-lempuyangan-Danurejan-Yogyakarta. Kode Pos 55212 Telp. (0274)523430.  
HOTLINE SMS SEKOLAH : 081328575166. E MAIL : [widorosd@gmail.com](mailto:widorosd@gmail.com)  
HOTLINE. SMS upik. 08122780001 HOTLINE EMAIL. [upik@jogjakarta.go.com](mailto:upik@jogjakarta.go.com)

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN  
DI SDN WIDORO  
Nomor : 01 /WDR/III/2019**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Drs Jaswadi, M.Pd  
NIP : 19610125 198303 1 005  
Jabatan : Kepala Sekolah SDN Widoro

Menerangkan bahwa :

Nama : Anis Marsiyah.  
No. Mhs : 1460 4221 045  
Program Studi : PGSD PENJAS  
Universitas negeri Yogyakarta.  
Tugas : Telah melaksanakan penelitian di SDN Widoro-Danurejan  
Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta .  
Waktu : Senin , Tanggal 18 Maret 2019.  
Judul : IMPLEMENTASI PERATURAN ( RULES ) DAN RUTINITAS  
( ROUTINES ) DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI  
DI SEKOLAH DASAR NEGERI SE KOTA YOGYAKARTA

Demikianlah surat keterangan ini kami buat, semoga menjadikan *periksa adanya dan dapat*  
digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 20 Maret 2019

Kepala Sekolah  
  
Drs Jaswadi, M.Pd  
NIP. 19610125 198303 1 005







PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
UNIT PENGELOLA PAUD  
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH BARAT  
**SEKOLAH DASAR NEGERI BANGUNREJO 1**

Jalan Bangunrejo TR I/1589, Kricak Tegalrejo Yogyakarta, Kode Pos : 55242, Telp. (0274) 557136  
HOTLINE SMS SEKOLAH : 081329121207 EMAIL : [sdnbangunrejo1@gmail.com](mailto:sdnbangunrejo1@gmail.com)  
HOTLINE SMS UPIK : 08122780001 HOTLINE EMAIL : [upik@jogjakota.go.id](mailto:upik@jogjakota.go.id)  
WEBSITE : [www.jogjakota.go.id](http://www.jogjakota.go.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 421/05

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : MARIA NINIK MURDIASUTI, S.Pd  
NIP. : 19610610 199103 2 005  
Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa Mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Anis Marsiyah  
NIM : 14604221045  
Program Studi : PGSD Penjas  
Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah mengadakan penelitian skripsi di SD Negeri Bangunrejo 1 Yogyakarta pada 22 Maret 2019 berjudul "IMPLEMENTASI PERATURAN (RULES) DAN RUTINITAS (ROUTINES) DALAM PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SEKOLAH DASAR NEGERI SE-KOTA YOGYAKARTA".

Demikian Surat Keterangan ini Kami buat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 22 Maret 2019

Kepala Sekolah



M. NINIK MURDIASUTI, S.Pd  
NIP. 19610610 199103 2 005



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
DINAS PENDIDIKAN  
UNIT PENGELOLA PAUD  
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH UTARA  
**SEKOLAH DASAR NEGERI LEMPUYANGWANGI**

Alamat : Jalan Hayam Wuruk No 9 Yogyakarta 55212 Telp. (0274) 589 465 Fax :-  
HOT LINE SMS SEKOLAH : 081915536022 HOT LINE E MAIL : [sdn\\_lw@yahoo.co.id](mailto:sdn_lw@yahoo.co.id)  
WEB SITE: <http://www.sdlempuyangwangi.sch.id>

---

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 424 / 065 /2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **SUTJI ROCHAYATI,S.Pd**  
NIP : 19671210 198804 2 001  
Pangkat/Gol : Pembina / IV A  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Instansi : SD Negeri Lempuyangwangi

Menerangkan bahwa :

Nama : **ANIS MARSIYAH**  
NIM : 14604221045  
Jurusan : Pendidikan Olah Raga (POR)  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan UNY  
Judul Skripsi : Implementasi Peraturan (Rules) dan Rutinitas  
(Routines) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani  
Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar Negeri  
Se-Kota Yogyakarta

Benar-benar telah melaksanakan Penelitian di SD Negeri Lempuyangwangi Yogyakarta  
Pada 19 Maret 2019.

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana  
mestinya.

Yogyakarta, 19 Maret 2019

Kepala Sekolah

  
**SUTJI ROCHAYATI,S.Pd**  
NIP. 19671210 198804 2 001

## Lampiran 10. Instrumen Penelitian

### Angket Penelitian

Implementasi Peraturan (*Rules*) dan Rutinitas (*Routines*) dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Sekolah Dasar Negeri Se-Kota Yogyakarta

#### A. Identitas Responden

Nama : *ELIAS CARLES PN. SPd*  
 Jabatan : *Guru PJOK*  
 Sekolah : *SD N Lempuyangwangi*  
 Tanggal Lahir : *24-12-1974*

#### B. Petunjuk Menjawab Pertanyaan

Sebelum mengisi angket penelitian bacalah soal dengan seksama dan berilah tanda check list atau centang (✓) pada kotak yang telah disediakan sesuai dengan kondisi Anda.

NO	PERTANYAAN	Ya	Tidak
<b>Keselamatan</b>			
1.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar mempunyai peraturan untuk siswa selama di sekolah ?	✓	
2.	Apakah Anda mengabaikan peraturan keselamatan dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?		✓
3.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar mempunyai peraturan untuk siswa memakai sepatu saat pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
<b>Menghormati yang lainnya</b>			
4.	Apakah Anda berpakaian rapi dan sopan serta memakai sepatu saat pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung ?	✓	
5.	Apakah Anda mengucapkan salam kepada siswa sebelum dan sesudah pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
<b>Menghormati lingkungan pembelajaran</b>			
6.	Apakah Anda tidak memberikan respon balik terhadap seseorang yang menyapa Anda ketika		✓

	pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung?		
<b>Mendukung pembelajaran lainnya</b>			
7.	Apakah Anda mendukung peraturan kelas pembelajaran lainnya selain pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
8.	Apakah Anda memberikan sanksi kepada siswa yang meninggalkan kelas pembelajaran lain berlangsung ?	✓	
9.	Apakah Anda memberikan sanksi kepada siswa yang membuat kegaduhan yang mengganggu pembelajaran lainnya sedang berlangsung?	✓	
<b>Usaha Keras</b>			
10.	Apakah Anda mengoptimalkan potensi dan meningkatkan kompetensi siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
<b>Memasuki gymnasium</b>			
11.	Apakah di sekolah tempat Anda mengajar memiliki prosedur khusus untuk ruang kelas pendidikan jasmani ?		✓
12.	Apakah Anda tidak melakukan gladi bersih (prepare tempat) sebelum melakukan pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
<b>Mengumpulkan peralatan</b>			
13.	Apakah Anda memberikan penjelasan kepada siswa dalam penggunaan sarana (peralatan) pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
14.	Apakah Anda menginstruksikan siswa untuk mengembalikan peralatan kepada tempat semula setelah pembelajaran pendidikan jasmani selesai ?	✓	
<b>Berkumpul</b>			



15.	Apakah Anda membiasakan kepada siswa untuk datang tepat waktu pada saat pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
16.	Apakah Anda menetapkan titik kumpul siswa sebelum pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung ?	✓	
<b>Mendapatkan perhatian</b>			
17.	Apakah Anda menanyakan kondisi siswa sebelum pembelajaran pendidikan jasmani dimulai ?	✓	
18.	Apakah Anda menyampaikan materi pembelajaran pendidikan jasmani dengan hangat dan antusias ?	✓	
<b>Memilih teman</b>			
19.	Apakah Anda memberikan kesempatan antara siswa satu dengan siswa lainnya untuk saling berinteraksi dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
20.	Apakah Anda mempunyai kebiasaan memilih siswa dalam menyelamatkan seseorang yg mengalami kecelakaan dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?		✓
<b>Mendapatkan air minum</b>			
21.	Apakah Anda memberi izin siswa untuk minum saat pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung?	✓	
22.	Apakah Anda memberikan waktu khusus untuk siswa mendapatkan air minum dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?		✓
<b>Mengenali batas</b>			
23.	Apakah Anda tegas dalam menentukan batasan hubungan antara guru dan siswa dalam	✓	

	pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung ?		
<b>Penyelesaian</b>			
24.	Apakah Anda mengajari siswa yang kesulitan saat praktik pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
25.	Apakah Anda mempunyai rutinitas tidak melakukan pendinginan terhadap siswa setelah melakukan aktivitas fisik dalam pembelajaran pendidikan jasmani ?		✓
<b>Meninggalkan Gymnasium</b>			
26.	Apakah Anda mengakhiri - pembelajaran pendidikan jasmani sesuai dengan waktu yang telah ditentukan ?	✓	
27.	Apakah Anda mengecek jumlah siswa sebelum mengakhiri pembelajaran pendidikan jasmani ?	✓	
28.	Apakah Anda langsung meninggalkan tempat pembelajaran tanpa menghitung/mengecek peralatan yg telah digunakan untuk dikembalikan di gudang olahraga?		✓

## Lampiran 11. Data Hasi Penelitian

Resp	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	Jumlah
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	25
2	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	17
3	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	20
4	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	22
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27
6	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	23
7	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	26
8	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	24
9	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	23
10	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	24
11	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	22
12	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
13	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
14	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	19
15	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	22
16	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	12
17	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	21
18	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	23
19	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
20	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
21	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	24
22	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	24
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	27
24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28
25	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	25
26	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	25
27	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
28	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	24
29	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	19

30	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	21		
31	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	21	
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	25	
33	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	
34	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	25	
35	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	
36	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	
37	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	23	
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	
39	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	18	
40	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	13	
41	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	17	
42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	24
43	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	25
44	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	23
45	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	26	
46	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	22
47	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	22
48	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	23
49	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	19	
50	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	23	
51	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	22
52	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	20	
53	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	20	
54	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	13	
55	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	23	
56	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	23	
57	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	22	
58	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	22	
59	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	20	



60	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	23
61	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
62	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	25
63	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	23
64	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	22
65	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	26
66	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	24
67	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	26
68	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	21
69	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	22
70	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	22
71	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	12
72	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	23
73	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	21
74	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	24
75	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	26
76	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	24
77	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	26
78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	27
79	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	26
80	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	25
81	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	23
82	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28
83	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	24
84	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	18
85	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	21
86	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	16
87	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	23

## Lampiran 12. Data Tiap Faktor

### Peraturan

Resp	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Jumlah
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
2	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	7
3	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	6
4	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	7
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
6	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9
7	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
8	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	8
9	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	8
10	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	8
11	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	8
12	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	8
13	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	6
14	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7
15	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	7
16	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	5
17	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	7
18	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	8
19	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	8
20	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9

<b>21</b>	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
<b>22</b>	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	9
<b>23</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
<b>24</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
<b>25</b>	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
<b>26</b>	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	8
<b>27</b>	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	8
<b>28</b>	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
<b>29</b>	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9
<b>30</b>	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	8
<b>31</b>	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
<b>32</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
<b>33</b>	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	7
<b>34</b>	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
<b>35</b>	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	5
<b>36</b>	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9
<b>37</b>	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	8
<b>38</b>	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
<b>39</b>	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	7
<b>40</b>	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	6
<b>41</b>	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	6

42	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9
43	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	8
44	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	8
45	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9
46	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
47	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
48	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9
49	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	8
50	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	7
51	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	8
52	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	7
53	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	6
54	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	7
55	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
56	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9
57	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	6
58	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	6
59	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	7
60	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9
61	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	8
62	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9

# Rutinitas

30	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	Jumlah
31	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	12
32	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	16
33	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	17
34	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	16
35	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
36	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	15
37	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	13
38	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	16
39	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	15
40	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	16
41	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	14
42	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	13
43	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	16
44	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	12
45	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	13
46	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	13
47	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	13
48	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	15
49	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	17
50	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	16
51	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	15
52	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	13
53	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	17
54	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	16
55	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	16
56	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	17
57	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	16
58	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	16
59	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	16

60	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	14
61	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
62	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	16
63	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	15
64	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	13
65	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	17
66	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	17
67	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	16
68	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	15
69	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	16
70	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	14
71	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	10
72	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	13
73	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	12
74	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	14
75	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	16
76	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	16
77	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	17
79	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	16
80	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	15
81	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	14
82	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
83	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	14
84	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	10
85	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	12
86	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	8
87	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	14

## Lampiran 13. Deskriptif Statistika

### Statistik data penelitian

### Frequencies

#### Statistics

		Implementasi Peraturan (Rules) dan Rutinitas (Routines) Dalam Pembelajaran PJOK	Peraturan (Rules)	Rutinitas (Routines)
N	Valid	38	38	38
	Missing	0	0	0
Mean		23,1053	8,1842	14,9211
Median		24,0000	8,0000	15,0000
Mode		24,00 <sup>a</sup>	8,00 <sup>a</sup>	15,00
Std. Deviation		3,17753	1,33265	2,34096
Minimum		12,00	5,00	7,00
Maximum		28,00	10,00	18,00
Sum		878,00	311,00	567,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

**Implementasi Peraturan (Rules) dan Rutinitas (Routines) Dalam Pembelajaran**

**PJOK**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 12,00	1	2,6	2,6	2,6
17,00	1	2,6	2,6	5,3
18,00	1	2,6	2,6	7,9
19,00	2	5,3	5,3	13,2
20,00	1	2,6	2,6	15,8
21,00	3	7,9	7,9	23,7
22,00	4	10,5	10,5	34,2
23,00	4	10,5	10,5	44,7
24,00	7	18,4	18,4	63,2
25,00	7	18,4	18,4	81,6
26,00	3	7,9	7,9	89,5
27,00	3	7,9	7,9	97,4
28,00	1	2,6	2,6	100,0
Total	38	100,0	100,0	

**Peraturan (Rules)**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 5,00	2	5,3	5,3	5,3
6,00	2	5,3	5,3	10,5
7,00	6	15,8	15,8	26,3
8,00	11	28,9	28,9	55,3
9,00	11	28,9	28,9	84,2
10,00	6	15,8	15,8	100,0
Total	38	100,0	100,0	



**Rutinitas (Routines)**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 7,00	1	2,6	2,6	2,6
10,00	2	5,3	5,3	7,9
12,00	2	5,3	5,3	13,2
13,00	2	5,3	5,3	18,4
14,00	4	10,5	10,5	28,9
15,00	11	28,9	28,9	57,9
16,00	5	13,2	13,2	71,1
17,00	9	23,7	23,7	94,7
18,00	2	5,3	5,3	100,0
Total	38	100,0	100,0	

Lampiran 14. Dokumentasi Uji Coba dan Penelitian

**DOKUMENTASI UJI COBA**

**Penyerahan dan Pengisian Angket Uji Coba Penelitian Ketua KKG Bagian Timur**



## DOKUMENTASI PENELITIAN

### Pengisian Angket Penelitian Oleh Guru



